Nº 21.599

Bom dia!

DOMINGO, 20 de abril de 2025

O IMPARCIAL

FUNDADO EM 2 DE FEVEREIRO DE 1939 86 anos PRESIDENTE PRUDENTE E REGIÃO

DIVULGAÇÃO



PAGODEIRO KOTA, DE PP, DIVULGA O 3º DVD DA CARREIRA

variedades/14

REFLORESTAMENTO

Projeto atinge 10 milhões de árvores plantadas na mata atlântica da região

FOTO: ANA LILIAN PEREIRA



Apenas no primeiro trimestre de 2025, a região do Pontal do Paranapanema ganhou mais 1,4 milhão de mudas de árvores nativas da mata atlântica plantadas via projeto Corredores de Vida, implementado pelo IPÊ (Instituto de Pesquisas Ecológicas) há 25 anos. É o equivalente a 780 campos de futebol em pleno desenvolvimento. Ao todo, as 10 milhões de mudas estão trazendo a floresta de volta para 5,1 mil hectares, o equivalente a 5,1 mil campos de futebol.

cidades/7 e 8

BRUNA MELO

Você sabe o que é a escritura pública de emancipação?

geral/12

PLANTÃO

Portal precisa que dados sejam atualizados

cidades/5

PLACAR

BRASILEIRÃO/ *hoje*
São Paulo x Santos
Fortaleza x Palmeiras

esportes/20

FOTO: ALINE MARTINS



SANTO EXPEDITO: FIÉIS SE REÚNEM PARA CELEBRAR PADROEIRO DAS CAUSAS URGENTES E IMPOSSÍVEIS

Já nas primeiras horas deste sábado, pequeno município começou a receber milhares de devotos em busca de bênçãos, agradecimentos e renovação da fé

região/11

WALTER ROQUE GONÇALVES



O olho do dono não se aposenta, ele se reinventa

opinião/4

RAUL BORGES GUIMARÃES



O Rafael é o meu menino maluquinho!

opinião/4

HÁ 50 ANOS...



Governador autoriza obras para o Pontal do Paranapanema

geral/13

RICHARD



Os primeiros 5 dias após o fim de semana são sempre os mais difíceis

geral/13

Quando tiver este ícone em nossos conteúdos, pode clicar pra ler a matéria direto no site.



Boa leitura!

O IMPARCIAL

editorial

Enquanto toneladas de alimentos ainda próprios para o consumo são descartadas diariamente, muitas pessoas enfrentam a dura realidade da fome e da desnutrição. Esse paradoxo escancara uma ferida social que vai além da economia doméstica: trata-se de uma questão ética, ambiental e humanitária. É urgente, portanto, que a sociedade – começando por cada um de nós, dentro de nossos próprios lares – assuma o compromisso de combater o desperdício de alimentos. Na edição deste domingo, a nutricionista de Presidente Prudente, Bia Dorazio, compartilha dicas preciosas para serem colocadas em prática ainda hoje!

O problema do desperdício é mais comum do que se imagina. Sobras que vão direto para o lixo, frutas com pequenas imperfeições ignoradas, partes nutritivas de legumes descartadas por puro desconhecimento. O ato de desperdiçar começa na seleção e termina na falta de planejamento. Mas há caminhos viáveis, acessíveis e saborosos para virar esse jogo.

A conscientização deve partir do gesto mais simples: planejar. Comprar apenas o necessário, armazenar corretamente os alimentos e ficar atento aos prazos de validade já são passos essenciais. Mas é possível ir além. A utilização integral dos alimentos é uma estratégia poderosa. Talos, cascas, sementes – muitas vezes vistos como resíduos – podem se transformar em verdadeiros tesouros nutricionais. O talo da couve rende um refogado saboroso; a casca da banana vira doce ou até “carne louca” vegetal; sementes de abóbora, quando assadas, se tornam petiscos crocantes e saudáveis.

Reaproveitar alimentos é mais do que uma atitude responsável: é uma oportunidade de descobrir novas receitas. Sobras de arroz viram bolinhos ou risotos; aquele pão dormido se transforma em rabanadas, torradas temperadas ou pudim. Há um mundo culinário a ser explorado que alia sabor, criatividade e, o mais importante, respeito.

Reduzir o desperdício também significa economia. Menos compras desnecessárias, mais aproveitamento. Mas o impacto vai muito além do aspecto financeiro. Ao valorizar cada alimento, estamos reconhecendo o trabalho de quem planta, colhe, transporta. Estamos, sobretudo, respeitando quem nada tem para colocar no prato.

É tempo de refletir: o que jogamos fora poderia matar a fome de alguém? A resposta, dolorosa, é sim. Portanto, transformar hábitos dentro de casa é possível – e urgente. Compartilhar receitas, ensinar crianças a valorizar os alimentos, evitar descartes impulsivos. Pequenas atitudes cotidianas têm o poder de mudar a realidade de muitas pessoas. A mudança começa na nossa cozinha. E ela é saborosa, nutritiva e solidária.

charge





Cláudio Humberto

Com Rodrigo Vilela e Tiago Vasconcelos
www.diariodopoder.com.br

"Para a surpresa de zero pessoas"

Senador Rogério Marino (PL-RN), sobre péssimo desempenho da Petrobras na Bolsa

MOTTA AGIU PARA ESVAZIAR ANISTIA NA CÂMARA

A atuação do presidente da Câmara dos Deputados, Hugo Motta (Rep-PB), contra o projeto de lei da Anistia deixaria com inveja até o mais fiel escudeiro do PT. Motta se comprometeu com a oposição a não atrapalhar o andamento do projeto para obter votos na eleição para presidente da Casa, mas pressionou líderes partidários a não assinarem o pedido de urgência do projeto, fazendo com que todos os apoios tivessem que ser conquistados individualmente, a cada parlamentar.

TESTEMUNHA

A revelação foi do ex-líder da oposição, deputado federal Carlos Jordy (PL-RJ), durante entrevista ao podcast Diário do Poder.

HOMEM-A-HOMEM

Jordy expôs também a pressão exercida por Hugo Motta contra deputados individualmente, após proibir líderes de assinarem o pedido.

VIROU HÁBITO

Até os próprios ministros do STF teriam pressionado parlamentares contra a anistia, como aconteceu no limite a decisões monocráticas.

VAI CRESCER

"Protocolamos [a urgência] e muita gente que ficou de fora tá sendo cobrada", diz Jordy, que aposta que o apoio vai crescer até a votação.

PRÉ-CANDIDATURA DE CAIADO NÃO TEM APOIO NO PP

Não é só a ala mais bolsonarista do União Brasil que desestimula a pré-candidatura de Ronaldo Caiado à Presidência da República. Entre os Progressistas, que ensaiam uma federação com o partido do governador goiano, é quase consenso que Caiado se precipitou. Do lado do PP, Ciro Nogueira (PI), que preside a sigla, não esconde a pouca fé que tem na candidatura de Caiado sem apoio de Jair Bolsonaro. Centrão raiz, o PP prefere que a fusão pressione para barganhar com o presidente eleito.

NA PRESSÃO

Mantido o número de parlamentares, é quase impossível governar sem a federação partidária: seriam 107 deputados federais e 13 senadores.

TAMANHO DO BUTIM

Fora a força no Congresso, o casamento desperta outros interesses, como o fundo partidário, que deve superar o R$ 1 bilhão em 2026.

NÃO CONTE COMIGO

A ausência de Antônio Rueda no lançamento da campanha de Caiado foi carregada de sinais, como a falta de consenso entorno do postulante.

ASILO IMORAL

O senador Ciro Nogueira (PP-PI) avaliou como imoral a decisão do governo Lula de conceder asilo para ex-primeira-dama do Peru: "decide anistiar até condenada por corrupção, mas, manifestantes do 8/1, não".

NA BRONCA

O deputado federal Evair de Melo (PP-ES) cobrou mais atenção com o MST no "Abril Vermelho", mês marcado por invasões em massa. "Atormentam a vida dos produtores", criticou.

ROMBO EM 2026

Pelo andar da carruagem, a Instituição Fiscal Independente do Senado prevê rombo muito maior nas contas públicas em 2026: R$ 128 bilhões. É o dobro do buraco previsto para este ano.

EXCLUSÃO DISFARÇADA

Nota técnica do Ranking dos Políticos aponta a necessidade urgente de ajustes no projeto que prevê isenção de IR para quem ganha até R$ 5 mil, um "projeto de exclusão disfarçado de política econômica".

GASTANÇA SEM FREIO

O líder do PL no Senado, Rogério Marinho (RN) afirmou que "a fatura da incompetência chegou" após o governo Lula admitir que pode faltar dinheiro da máquina pública em 2027: "O PT não aprende com os erros".

DOIS GÊNEROS

O senador Jorge Seif (PL-SC) defendeu o governo dos EUA sobre o visto de "homem" da deputada trans Erika Hilton (Psol-SP): "Não é transfobia. Sabemos biologicamente que só existem dois gêneros".

O DESTINO DA PILANTRAGEM

O vice-líder da oposição na Câmara, deputado Rodrigo Valadares (União-SE) afirma que a decisão de Lula de conceder asilo para ex-primeira-dama do Peru "transforma o Brasil em abrigo de corruptos".

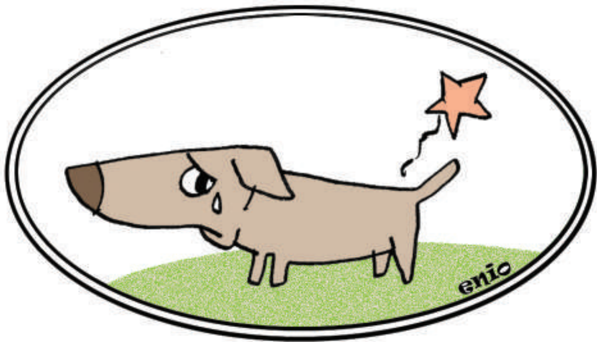
GREVE SEM FOME

O deputado Carlos Jordy (PL-RJ) afirmou que "ninguém ligou" para a greve de fome do deputado Glauber Braga (Psol-RJ) – que fez birra para não ser cassado - e provocou dizendo que levaram McDonald's para ele.

PENSANDO BEM...

...nem o Coelhinho da Páscoa aguenta a inflação.

PODER SEM PUDOR



CACHORRO NÃO VOTA

Cena contada por Simão Pessoa, no seu "Folclore Político do Amazonas": um homem chega para votar em Iranduba, na eleição de 2000, seguido por um cão. "Vai embora, Faísca!", ordena. Mas o cachorro o ignora. "Deixa de ser intrometido, Faísca!", insiste. Como o animal não arredava patas, tomou um chute nas costelas. O pobrezinho saiu em disparada, ganindo. O homem explicou suas razões aos demais eleitores, indignados com a agressão: "Bicho besta, esse Faísca. Eu já disse que aqui a gente pode votar em cachorro, mas cachorro ainda não pode votar...".

O IMPARCIAL
EDITORA "IMPRENSA" LTDA. — APJ ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE JORNAIS

Matrícula do jornal nº 14 1º Cartório
CGC MF 55.347.520/0001-67

ADMINISTRAÇÃO, REDAÇÃO E DEPARTAMENTO COMERCIAL Rua Democrata, 420, Jardim Bongiovani, CEP: 19050-690, Presidente Prudente-SP. F: (18) 2104-3737 ACESSE www.imparcial. com.br X/TWITTER @imparcialsp INSTAGRAM @oimparcialsp FACEBOOK O Imparcial nossos E-MAILS pauta@imparcial.com.br, comercial@imparcial.com.br e assinaturas@imparcial.com.br AGÊNCIAS NOTICIOSAS Folha-press, Agência Brasil e Graffo REPRESENTAÇÃO NACIONAL CBI - São Paulo (11) 55894643 - anuncio@cbi.inf.br; www.cb.inf.br; Av. josé maria Whitaker, 890-A; Rio de janeiro (21) 2025-1475; brasilia (61) 3543-0071 / 3253-5051 e SUCURSAL - São Paulo (11) 3259-6051 - comercial@comercialsaopaulo.com.br; comercialsaopaulo.com.br; Praça Dom José Gaspar, 76 - Conj. 65



WALTER ROQUE GONÇALVES

Olho do dono

O ditado "é o olho do dono que engorda os bois" nunca foi tão verdadeiro — e tão ignorado. Em um cenário empresarial cada vez mais acelerado, muitos empresários se enganam acreditando que processos, tecnologia e contratações substituem a presença ativa do dono. Não substituem. O zelo, o interesse, a atenção aos detalhes, o pulso firme e a disposição para resolver problemas que os outros sequer percebem fazem toda a diferença, tanto na pequena empresa quanto na gigante com centenas de filiais.

No início, é mais fácil: o dono está lá, todo dia. Corrige, motiva, resolve. O problema começa quando a empresa cresce, e com ela crescem também as demandas, a equipe, a complexidade. Novos funcionários são contratados para manter a qualidade e a operação, mas dificilmente alguém terá a visão e a dor do dono. Mesmo os mais comprometidos não conseguem replicar o olhar de quem investiu tudo no negócio.

A questão é: como manter o "olho do dono" presente quando ele não pode estar fisicamente em todos os lugares?

A resposta está na cultura. É preciso colocar esse olhar no ambiente, nos processos, nos feedbacks. Câmeras ajudam, indicadores são essenciais. Mas nada funciona sem um ambiente em que as pessoas saibam o que é esperado delas. E que, quando fizerem bem feito, sejam reconhecidas. Para cada crítica, oito elogios fundamentados.

Com o tempo, alguns funcionários vão se destacar, adotar a visão de dono e se tornar líderes. Mas não se iluda: ainda assim, precisarão de direção, apoio e supervisão constante. O dono não sai de cena. Apenas muda de lugar.

Luciano Hang, dono da Havan, é um exemplo disso. Com 175 lojas espalhadas pelo Brasil, é impossível estar em todas. Mas ele está presente: com cultura forte, comunicação direta e olho nos números. O olho do dono não se aposenta. Ele se reinventa.

Se você é empresário e acredita que crescer é sinônimo de se afastar da operação, cuidado. Crescer exige estrutura, mas exige ainda mais liderança. E não há liderança real sem proximidade. É preciso estar onde as coisas acontecem, ainda que por outros meios. Monitoramento sistêmico, treinamentos, ouvidoria para funcionários, feedbacks precisos, tudo colabora para tais resultados. O dono precisa ser visto, ouvido e percebido. Precisa inspirar. E, principalmente, precisa cobrar — com critério, com propósito e com exemplo.

Empresas que crescem sem dono viram um monte de gente tentando adivinhar o que é importante. Isso pode custar caro para empresa. Custa clientes, reputação e lucro.

Portanto, esteja presente, mesmo quando ausente.

Walter Roque Gonçalves atua como consultor há 20 anos, com mais de uma centena de empresas atendidas pelo país. Atuou como professor na pós-graduação em Administração de Empresa pela FGV (Fundação Getúlio Vargas) de Prudente e de Dourados (MS). Formado em Administração de Empresas, Processos Gerenciais, Processamento de Dados, especializado em Gestão de Empresas, escreve para dezenas de jornais, revistas e portais pelo Brasil. CRA 144.772 | Contato: (18) 99723-3109 | e-mail: walter@consultoriajk.com.br



RAUL BORGES GUIMARÃES

Que menino maluquinho!

Vou me encontrar com o Rafael, meu neto colecionador de cristais. Ele olha detidamente cada uma daquelas pedrinhas e organiza incansavelmente a sua coleção na estante de livros. Talvez lhe chame a atenção as diferentes cores, as formas angulares ou a luz que atravessa a superfície.

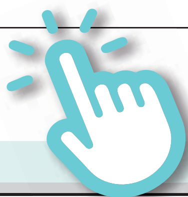
Não sei por que eu acho o Rafael engraçado. Demorei para compreender esse interesse tão específico até me dar conta que o Rafael guarda algumas semelhanças com as minhas esquisitices de quando ainda era menino. Eu também levava a sério muitas coleções: selos, moedas antigas, tampinhas de refrigerante, gravetos. E também tinha uma coleção de pedrinhas! Assim como o Rafael, tudo indicava que eu teria vocação para as ciências. Que saudades dos meus professores de biologia... O professor Carlos tornava aquelas descrições de fisiologia vegetal desafiadoras. Quais são os principais locais por onde a transpiração ocorre nas plantas? Como as plantas crescem, desenvolvem-se, reproduzem-se, e respondem a estímulos ambientais? E o professor Maurício, então? Fazia a turma se sentir um bando de cientistas mirins, testando hipóteses, raciocinando sobre as relações ecológicas. Como a energia luminosa é transformada em energia química?

Das aulas de biologia cheguei logo na química. Foi culpa do professor Maurício. Diria ele: "a interação entre o patrimônio genético da planta e o meio ambiente regula essas atividades. E daí foi um passo para o meu interesse por geologia, ciclo das rochas, processos de formação dos cristais de rocha e dos minerais!

Fico olhando para o Rafael e imaginando quais serão os seus caminhos, as suas escolhas. Eu acabei escolhendo a geografia por acreditar que ela seria uma espécie de ciência de síntese (rsss). De fato, a carreira profissional não é um percurso tão simples assim. Nossas escolhas ocorrem dia após dia. Mas a IA (Inteligência Artificial) está por aí, impactando o mercado de trabalho, não é mesmo? Criando novas oportunidades e exigindo novas competências. A turminha do Rafael terá como opção muitas novas carreiras ligadas à inovação, sustentabilidade, saúde, meio ambiente. Não será apenas na robótica, não. Ou cientista de dados e analista de big datas.

Quero ver até quando o Rafael vai guardar com cuidado as suas pedrinhas. Assim ele esquece essas ideias malucas como de adotar uma cobra cascavel como animal de estimação, guardar aranhas em potes de vidro ou pescar girinos no laguinho do parque. Decididamente, o Rafael é o meu menino maluquinho!

Raul Borges Guimarães é professor titular do Departamento de Geografia da FCT/Unesp (Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Estadual Paulista) e pró-reitor de Extensão Universitária e Cultura da mesma instituição. Contato: raul.guimaraes@unesp.br e Instagram @fala_raul



PLANTÃO

Homero Ferreira. Contato: plantao@imparcial.com.br

SEM ATUALIZAÇÃO

Embora não seja uma exclusividade local, o Portal da Transparência do Município de Presidente Prudente está desatualizado. Em alguns casos, já há algum tempo. Por exemplo, os últimos dados sobre as multas de trânsito são de 2021.

DIÁRIAS E PASSAGENS

Dentre dados atualizados estão os de diárias e passagens, no período compreendido entre 13 de janeiro e 22 de março. São 24 viagens para São Paulo e 21 para 17 outros destinos. Sobre o motivo da viagem não há uma padronização das informações.

CHAMA A ATENÇÃO

Sobre os dados disponíveis, chama a atenção o gasto de R$ 8.100,00 em viagem de servidor da Semepp (Secretaria Municipal de Esportes de Presidente Prudente) para um congresso em Maringá (PR), com ida e volta no mesmo dia.

OUTROS DADOS

Em outros dados da mesma secretaria existem descritivos de viagens de equipes desportivas, com valores 50% menores. No âmbito das conjecturas, pode ser que na digitação tenha entrado um dígito a mais ou ainda que tenha viajado mais pessoas.

DUAS DÉCADAS

Após 20 anos como presidente da Associação de Moradores do Jardim Monte Alto, Edu da Padaria (PP) deixou a liderança comunitária em 2 de janeiro deste ano, para no dia 8 assumir o cargo de vereador.

JUNTO E MISTURADO

Porém, esclarece que como vereador continua contribuindo para melhorias no bairro, nos bairros vizinhos e na cidade toda. Comenta que uma de suas ações recentes foi limpeza da área abandonada da antiga creche do Jardim Monte Alto.

ECOPONTO E PRAÇAS

É autor de projeto para realocação do ecoponto do Jardim Sabará, que ficou 1 ano e meio sem ser limpo. Também atuou pela limpeza das praças do Parque Cedral e do Jardim Jequitibás II.

ACADEMIA E PISTA

Edu está empenhado em melhorias para a praça do Monte Alto, solicitando do poder público municipal as instalações de academia da terceira idade e pista de caminhada. Também reivindica quadra coberta, especialmente para uso das crianças.

GERALDO GOMES



Homenagem para o governador do Distrito 4510 do Rotary, Ricardo dos Reis, entre a esposa Lilian e o vereador William

GERALDO GOMES



Homenageados por atuações no Rotary: Paulo, Fabiano, Sérgio, Ângela, Gilson, Vanessa, Francisco e Alexandre



Homenagem ao ex-jogador Leandro Freire, entre a sua esposa Denise Cristina e o vereador Babu

CEDIDA

Vereador Edu da Padaria: ao assumir o cargo deixou a presidência da Associação de Moradores do Monte Alto

PROFISSÃO REPÓRTER

Faz parte da equipe do programa Profissão Repórter, que tem o comando do renomado jornalista Caco Barcellos. João Lucas tem viajado pelo Brasil e registrado fatos como a tragédia aérea em Vinhedo, incêndio no Pantanal e recuperação do Rio Grande do Sul.

MESMA ORIGEM

Dentre outros profissionais de Prudente e região, os cinegrafistas Paulo Silva e Valmir Custódio têm feito grandes coberturas pela TV Band São Paulo e rede. Todos formados pela Escola de Comunicação da Unoeste.

VOANDO ALTO

O jovem jornalista João Lucas Martins, que tem no seu currículo coberturas de campanhas políticas como cinegrafista, foi forjado na TV Fronteira em Prudente e seguiu para trabalhar na TV Globo em São Paulo.

CEDIDA



Superintendente do Sebrae-SP, Marco Vinholi: Cidadão Mirantense

HOMÉRO FERREIRA



João Lucas Martins: cinegrafista da Globo que atua no Profissão Repórter

BOM DE BOLA

Por ter elevado o nome de Prudente para outras regiões do Brasil e no exterior, com passagens pelos continentes europeus e asiáticos, o ex-jogador de futebol Leandro Freire foi homenageado pela Câmara Municipal.

EM ALTO NÍVEL

A homenagem foi com Cartão de Prata, por iniciativa do vereador Babu da Cohab (PP). Leandro encerrou sua carreira no Grêmio Prudente, jogando em alto nível. Na homenagem esteve acompanhado de familiares.

OESTE PAULISTA

Pelos relevantes serviços à região do oeste paulista, o governador do Distrito 4510 do Rotary Club, Ricardo Aparecido dos Reis, foi homenageado com Cartão de Prata, entregue em recente sessão informal da Câmara de Prudente.

ALTA PAULISTA

A iniciativa da homenagem foi do vereador presidente William Leite (PP). O homenageado esteve acompanhado de sua esposa Lilian Carla dos Santos. Natural de Irapuru, o homenageado vinculado ao Rotary Club de Tupi Paulista, na Alta Paulista.

MAIS HOMENAGENS

Na mesma sessão foram homenageados presidentes de Rotary em Prudente e governadores assistentes: Paulo Montefusco, Fabiano Biral, Sérgio Voltareli, Ângela Tolomei, Gilson Freitas, Vanessa Komatsu, Francisco Giroto e Alexandre Barros.

TÍTULO DE CIDADÃO

A Câmara Municipal de Mirante do Paranapanema concedeu o título de Cidadão Mirantense ao superintendente do Sebrae-SP, Marco Vinholi, por suas contribuições, inclusive quando foi deputado e secretário estadual de Desenvolvimento Regional.

Como evitar o desperdício de alimentos em casa?

A nutricionista Bia Dorázio fala sobre algumas **medidas de economia** que podem reduzir os impactos negativos do desperdicio

CÁSSIA MOTTA
DA REDAÇÃO

O desperdício de alimentos tem uma série de impactos sociais e ambientais e deve ser evitado a todo custo. Segundo a nutricionista Bia Dorázio, de Presidente Prudente, o desperdício de alimentos gera forte impacto econômico, social e ambiental em todo o mundo. "Quase 20% dos alimentos disponíveis são jogados fora, ao mesmo tempo que milhões de pessoas passam fome e sofrem com a desnutrição. Os danos ambientais também são muito relevantes, porque envolvem desmatamento, utilização de água e produtos para o plantio, afetando todo o ecossistema. Além disso tem todos os gastos com transporte, energia e embalagem que aumentam o preço dos alimentos, afetando consumidores e produtores".

Mas, com medidas simples, como comprar e cozinhar somente o necessário, consumir os alimentos antes de estragarem e os aproveitar bem no momento da preparação, por exemplo, é possível diminuir bastante esse desperdício, tanto de comida quanto de dinheiro.

A nutricionista pontua algumas dicas para o dia a dia:

- Programar cardápios adequados;

- Produzir uma lista de compras otimizada;

- Comprar somente os alimentos que serão utilizados durante o período de durabilidade dos mesmos;

- Armazenar corretamente os alimentos para evitar a deterioração precoce;

- Congelar alimentos que sejam necessários e possíveis para um posterior aproveitamento;

- Utilizar o alimento de forma integral (cascas, talos, folhas, sempre que possível);

- Consumir alimentos da safra, pois eles são mais acessíveis, além de mais nutritivos;

- Procurar por produtores locais promovendo menor impacto ambiental como transporte.

Maurício Delfim Fotografia





Foto: Cedida

Nutricionista Bia Dorázio: "Na cozinha nada se perde, tudo se transforma"

O QUE FAZER COM AS SOBRAS?

Sobras de alimentos são diferentes de restos. De acordo com a nutricionista, as sobras são alimentos preparados ou in natura e que não foram utilizados, diferentemente dos restos, que são os alimentos que restaram em pratos e não podemos reutilizar. Portanto, as sobras podem ser perfeitamente utilizadas, evitando o desperdício.

Maurício Delfim Fotografia



COMO EVITAR O DESPERDÍCIO?

- Talos e folhas de brócolis podem ser utilizados no preparo de arroz com legumes ou omelete;

- Cascas e talos de vegetais bem higienizados podem ser utilizados no preparo de caldo de legumes;

- Sobras de carne moída, desfiada ou picada com alguns legumes incrementa um arroz e serve como refeição complete;

- Abóboras podem ser assadas ou cozidas com casca e com sementes, tornando esta preparação ainda mais nutritiva do que somente abóbora descascada;

- Pães podem ser congelados quando ainda frescos e utilizados na forma de torrada ou brusqueta;

- Cascas de limão, muito bem higienizadas, para preparar temperos;

- Folhas de beterraba, de brócolis e de couve-flor podem ser feitas refogadas com tomatinhos-cereja e temperos variados;

- Torta de frango desfiado e legumes com as sobras de frango e legumes de uma salada ou refogado;

- Sopa de feijão feita a partir de sobras desta leguminosa;

- Mexido de arroz e feijão;

- Cascas de maçã e de laranja para o preparo de um chá;

- Bolinho do arroz que sobrou da refeição, basta incrementar com cenoura ralada, cheiro vede e muitos temperos.

"Muitas vezes, não precisamos de receitas, mas sim de criatividade e cuidados para utilizar os alimentos de maneira integral. Unir cores, sabores e texturas com os ingredientes que temos em casa, alguns que seriam até jogados fora e outros que sobraram de alguma preparação é uma excelente receita para evitar o desperdício doméstico", ensina Bia.

A nutricionista diz que ***"na cozinha, nada se perde, tudo se transforma". "Com um pouco de imaginação podemos transformar a sobra de alimento em um prato saudável, saboroso, econômico e sustentável".***

Se você fez um churrasco e sobrou carne assada e mandioca cozida, aproveite tudo para fazer uma bela torta de mandioca.

Casca do limão pode servir para preparar temperos, e a casca da maçã para preparar um chá

Falecimentos

PRESIDENTE PRUDENTE

Antonio Lazaro Perini Servantes, 74 anos, faleceu neste sábado e foi sepultado no mesmo dia, às 15h40, no Cemitério Municipal São João Batista. (F. Athia)

Antonio Ferreira Silva, 57 anos, faleceu neste sábado e foi sepultado no mesmo dia, no Cemitério Municipal São João Batista. (F. Athia)

Haruo Tayama, 88 anos, faleceu neste sábado e o corpo foi sepultado no mesmo dia, no Cemitério Municipal São João Batista. (F. Athia)

Nacila Todesco Franzo, 76 anos, faleceu neste sábado e foi sepultada em data e horário não informado, no Cemitério Municipal São João Batista. (F. Interplan)

TARABAI

Orlando Hiroshi Yonaha, 87 anos, faleceu nesta sexta-feira e foi sepultado neste sábado, às 10h, no Cemitério Municipal. (F. Interplan)

DESDE 1926
99 ANOS ATHIA
18 2101-5555 grupo.athia
www.athia.com.br

Foto: Carlos Aidar



No primeiro trimestre deste ano, região ganhou mais 1,4 milhão de mudas de árvores nativas

Projeto de reflorestamento chega a 10 milhões de árvores plantadas na mata atlântica da região

Iniciativa do IPÊ traz floresta de volta para área equivalente a 5,1 mil campos de futebol; trabalho beneficia clima, comunidade e biodiversidade

DA REDAÇÃO

Apenas no primeiro trimestre de 2025, a região do Pontal do Paranapanema ganhou mais 1,4 milhão de mudas de árvores nativas da mata atlântica plantadas via projeto Corredores de Vida, implementado pelo IPÊ (Instituto de Pesquisas Ecológicas) há 25 anos. É o equivalente a 780 campos de futebol em pleno desenvolvimento. Ao todo, as 10 milhões de mudas estão trazendo a floresta de volta para 5,1 mil hectares, o equivalente a 5,1 mil campos de futebol. O projeto tem como base o Mapa dos Sonhos – um estudo do IPÊ que indica os locais mais estratégicos para restauração, na região do Pontal do Paranapanema, a fim de beneficiar a biodiversidade e o deslocamento da fauna, considerando também interesses socioeconômicos dos atores locais. A estratégia de restauração do Instituto conecta APPs (áreas de preservação permanente) e RLs (reservas legais) de propriedades rurais às duas UCs (unidades de conservação) da região: o Parque Estadual Morro de Diabo e a Estação Ecológica Mico-Leão-Preto, entre outros fragmentos.

As árvores plantadas nos primeiros três meses do ano estão distribuídas em APPs e reservas legais de 14 propriedades privadas, nos municípios de Teodoro Sampaio, Presidente Epitácio, Marabá Paulista, Mirante do Paranapanema, Anhumas, além do Assentamento Vale Verde, também em Teodoro Sampaio. Na região, o plantio em propriedades rurais é estratégico para a conectividade entre unidades de conservação na região e também no estabelecimento de corredores entre importantes fragmentos florestais.

Inicialmente, o Mapa dos Sonhos alcançava sete municípios: Euclides da Cunha Paulista, Marabá Paulista, Mirante do Paranapanema, Presidente Epitácio, Rosana, Sandovalina e Teodoro Sampaio. Em 2021, o mapa foi ampliado para outros municípios do oeste paulista, por meio do projeto ARR Corredores de Vida com objetivo de gerar créditos de carbono, em parceria com a Ambipar. Do total de 260 mil hectares de passivos ambientais, na região do Pontal, a meta é restaurar 75 mil hectares de áreas prioritárias até 2041. A expectativa é a remoção de 29 milhões de toneladas de CO_2e em 50 anos. Municípios incluídos no Mapa dos Sonhos ampliado: Alfredo Marcondes, Álvares Machado, Anhumas, Caiabu, Caiuá, Emilianópolis, Estrela do Norte, Indiana, João Ramalho, Martinópolis, Narandiba, Piquerobi, Pirapozinho, Presidente Bernardes, Presidente Prudente, Presidente Venceslau, Rancharia, Regente Feijó, Ribeirão dos Índios, Santo Anastácio, Santo Expedito, Taciba e Tarabai.

A ampliação do projeto também ganhou outro ritmo. “Antes, plantávamos de 100 a 200 hectares em um ano, hoje plantamos isso em um mês”, destaca Laury Cullen Jr., coordenador do projeto Corredores de Vida.

Foto: Carlos Aidar



Trabalho garante que animais possam ter mais área de floresta para viver

MAIOR CORREDOR RESTAURADO

Entre os destaques do projeto, estão as 2,4 milhões de árvores, em 12 km, que formam o maior corredor já restaurado no bioma, conectando o Parque Estadual Morro do Diabo e a Estação Ecológica Mico-Leão-Preto. A restauração florestal é executada de maneira integrada com participação social, geração de renda para a comunidade e benefícios para a biodiversidade e clima. A diversidade de espécies nativas utilizada é também parte importante do processo para garantir o retorno de espécies da fauna à floresta, muitas delas ameaçadas de extinção, como o mico-leão-preto.

CLIMA, COMUNIDADE E BIODIVERSIDADE

O projeto Corredores de Vida é baseado no tripé CCB (clima, comunidade e biodiversidade). No quesito Clima, as árvores plantadas neutralizam carbono e gases equivalentes, como o metano. Na esfera da Comunidade, traz geração de emprego e renda. O projeto emprega diretamente 229 pessoas (56 jovens), divididas em três frentes: equipe técnica do IPÊ, viveiros comunitários e empresas florestais.

Já o aspecto Biodiversidade é estratégico para a conservação da fauna e da flora da mata atlântica. As mudas nativas empregadas no projeto são produzidas em 13 viveiros comunitários, com coleta de sementes em diferentes árvores matrizes distribuídas pela região, proporcionando um plantio com maior variabilidade genética.

“O projeto Corredores de Vida tem ganhos significativos tanto para o clima como para biodiversidade, no Pontal. Porém, envolver a comunidade ao incentivar o empreendedorismo, por meio da criação de empresas que realizam os plantios e a manutenção dessas áreas, além de viveiros, é o ponto alto do projeto. Hoje, 18 empresas florestais e 13 viveiros comunitários prestam serviço para a cadeia da restauração florestal implementada pelo IPÊ”, afirma Laury Cullen Jr.

RESTAURAÇÃO FLORESTAL E DESAFIOS GLOBAIS

A restauração florestal é compromisso dos países que fazem parte da CDB (Convenção da Diversidade Biológica). Dentro das 23 metas globais do Marco Global de Biodiversidade de Kunning-Montreal, a regeneração e restauração de ecossistemas são primordiais. Uma das metas, por exemplo, estabelece que todos os 196 países signatários devem fazer um esforço de assegurar que, até 2030, pelo menos 30% das áreas de ecossistemas terrestres degradados, águas interiores, costeiras e marinhas estejam sob restauração eficaz, a fim de promover a biodiversidade, as funções e serviços ecossistêmicos, a integridade ecológica e a conectividade. O IPÊ coopera com mais de 70% das metas globais de biodiversidade.

A restauração e preservação de áreas florestais são essenciais também para que dê certo o Acordo de Paris sobre Mudanças Climáticas, que estabelece metas para conter o aquecimento global em 1,5 ºC ou, no máximo, 2 ºC em relação aos níveis pré-industriais.

Para conter os efeitos críticos do aumento da temperatura no mundo, a ONU (Organização das Nações Unidas) aponta a necessidade de restauração de 1 bilhão de hectares de florestas no mundo, e 12 milhões de hectares de florestas só no Brasil. No entanto, o Observatório do Clima lançou em 2024 uma proposta mais atualizada para o Brasil cumprir com a redução das suas emissões, a restauração de 21 milhões de hectares de cobertura vegetal em seu território.

Foto: Ana Lilian Pereira



Iniciativa contribui para conter efeitos críticos do aumento da temperatura no mundo

PESQUISA E ESTRATÉGIA

Os corredores florestais do IPÊ têm como base pesquisas científicas para conservar o mico-leão-preto (Leontopithecus chrysopygus), espécie endêmica do Estado de São Paulo que corre risco de extinção. O intenso desmatamento na região, em especial a partir dos anos 50 e 60, fez com que os animais ficassem isolados em pequenas “ilhas verdes” (fragmentos florestais) e sem espaço para locomoção, alimentação e reprodução, o que significava um risco à sua sobrevivência.

Com o objetivo de restaurar o habitat dos micos e fazer com que eles pudessem ampliar sua área de uso e circulação, o IPÊ criou o Mapa dos Sonhos, com a proposta de implantar corredores florestais em áreas de reserva legal de propriedades rurais, em parceria com os fazendeiros e produtores. O mapa indica os melhores locais para a restauração, de forma a beneficiar a biodiversidade, formando corredores que pudessem se ligar aos grandes fragmentos florestais: o Parque Estadual Morro de Diabo e a Estação Ecológica Mico-Leão-Preto.

A implementação do mapa garante então que os micos e outras espécies possam ter mais área de floresta para viver, além de caminhos mais seguros para transitar de um fragmento florestal a outro e beneficia os proprietários rurais que precisam se adequar ao Código Florestal, que determina que 20% da área seja destinada à reserva legal. Além do corredor da Fazenda Rosanela que conecta as duas unidades de conservação da região, o IPÊ integrou novas áreas ao projeto Corredores de Vida. Uma delas foi a fazenda Estrela, que hoje tem 507 hectares restaurados com o plantio de mais de 1 milhão de mudas. Este corredor está localizado na face norte do Morro do Diabo e tem conexão com a Estação Ecológica Mico-Leão-Preto/unidade Água Sumida, em Teodoro Sampaio, e com a reserva legal da Fazenda San Maria, em Presidente Epitácio, onde há presença de grupos de mico-leão-preto. Estes plantios com conexões nas faces norte e sul do Morro do Diabo ampliaram a visibilidade do projeto. Na sequência, outros proprietários rurais interessados na adequação às leis ambientais do Estado de São Paulo abriram as porteiras de suas fazendas para a restauração florestal, entre elas, a São Paulo, Maravilha e Categeró. Totalizando, aproximadamente, 1 milhão de mudas plantadas. Os resultados são monitorados com uso de cameras trap e gravadores instalados nos Corredores de Vida e nas unidades de conservação. Apenas na última campanha foram mais de 10 mil registros fotográficos e mais de 100 mil minutos de gravação de áudio. Uma nova campanha está em andamento.

NOVAS FLORESTAS

Nas áreas restauradas, os pesquisadores já identificaram 22 espécies de mamíferos de médio e grande porte, como onça-parda (Puma concolor), gato-mourisco (Herpailurus yagouaroundi), gato-do-mato-pequeno (Leopardus guttulus), assim como espécies consideradas vulneráveis, segundo a IUCN (União Internacional para a Conservação da Natureza e dos Recursos Naturais), como anta-brasileira (Tapirus terrestris), lobo-guará (Chrysocyon brachyurus) e o tamanduá-bandeira (Myrmecophaga tridactyla), além de 136 espécies de aves, incluindo udu-de-coroa-azul (Momotus momota) e inhambu-chororó (Crypturellus parvirostris).

Somando as áreas restauradas e unidades de conservação, o grupo de pesquisadores identificou 174 espécies de aves, 29 espécies de mamíferos, incluindo cinco ameaçadas de extinção, como o mico-leão-preto, o gato-mourisco, a anta-brasileira, o lobo-guará e o tamanduá-bandeira. Até o momento, entre as espécies ameaçadas, apenas o mico-leão-preto foi registrado apenas nas unidades de conservação.

MERCADO DE CARBONO

Em 2021, a experiência em estabelecer corredores florestais garantiu ao IPÊ ampliar o mapa de restauração para outros municípios do oeste paulista. Em parceria com a Ambipar, foi criado o projeto ARR Corredores de Vida, voltado para a geração de créditos de carbono. Do total de 260 mil hectares de passivos ambientais, na região do Pontal, a meta é restaurar 75 mil hectares de áreas prioritárias até 2041, com base no Mapa dos Sonhos ampliado, que passou a incluir mais 23 municípios, totalizando 30. A expectativa é a remoção de 29 milhões de toneladas de CO2e em 50 anos.

“Estamos extremamente entusiasmados em fazer parte deste projeto em parceria com o IPÊ. Acreditamos que iniciativas como essa são fundamentais para acelerar a descarbonização das economias globais, conectando empresas e instituições que lideram essa agenda. Mais do que contribuir para as metas nacionais e internacionais de mitigação climática, buscamos garantir aos investidores alta integridade, transparência e impactos socioambientais positivos. Essa parceria reforça nosso compromisso com soluções inovadoras e escaláveis para um futuro mais sustentável”, explica Soraya Dias Pires, head global de soluções de carbono da Ambipar.

Com o projeto ARR Corredores de Vida, no período de dezembro de 2021 a março de 2025, o IPÊ chegou a 6,5 milhões de mudas. Deste total, 1 milhão de mudas foram plantadas em 300 hectares de áreas degradadas, com financiamento do programa Regenera América, do Mercado Livre. Já o restante, 5,5 milhões de mudas, em 2,8 mil hectares, foram plantadas com recurso da farmacêutica AstraZeneca, que vai viabilizar o plantio de aproximadamente 12 milhões de árvores ao todo, distribuídas em 6 mil hectares, até o segundo semestre de 2026. Segundo a Ambipar, responsável pela valoração e certificação de carbono, essas árvores poderão captar cerca de 2,4 milhões de toneladas de CO2eq até 2056.

Jornalista do Sicredi Rio Paraná conquista 2º lugar em prêmio nacional de inovação no cooperativismo

Carolina Mussolini Celestino de Oliveira foi destaque no CollabCoop com artigo sobre ESG, juventude e plataformas digitais

SINOMAR CALMONA
DA REDAÇÃO

A jornalista Carolina Mussolini Celestino de Oliveira, gerente de comunicação e marketing do Sicredi Rio Paraná, acaba de colocar o nome de Presidente Prudente no cenário nacional do cooperativismo. Ela conquistou o 2º lugar no CollabCoop, concurso que premia artigos inovadores sobre o futuro do setor cooperativista financeiro. O tema do seu trabalho foi **"ESG, jovens e plataformas digitais: como eles se conectam com o cooperativismo?"** – uma reflexão sobre como as novas gerações e a transformação digital podem impulsionar o movimento cooperativo.

O CollabCoop é uma iniciativa que celebra a inovação, o conhecimento e a intercooperação, reunindo profissionais de todo o Brasil. Os artigos passaram por uma seleção rigorosa, avaliados por critérios como originalidade, impacto e aplicabilidade no setor. Carolina destacou-se entre os melhores, garantindo um lugar no pódio e integrando um legado que inspira protagonismo e transformação no cooperativismo.



Carolina Mussolini, gerente de Comunicação e Marketing do Sicredi Rio Paraná

Foto: Cedida

NOVAS GERAÇÕES

Em seu trabalho, Carolina explorou como os princípios ESG (Environmental, Social, and Governance) e as plataformas digitais podem atrair jovens para o cooperativismo, um setor tradicionalmente visto como conservador. "As novas gerações valorizam transparência, sustentabilidade e engajamento digital. O cooperativismo tem tudo a ver com esses valores, mas precisa se comunicar de forma moderna para conquistar esse público", explica a jornalista. O artigo abordou ainda cases de sucesso e estratégias para integrar tecnologia e propósito, mostrando como as cooperativas podem se reposicionar sem perder sua essência. Para o Sicredi Rio Paraná, a conquista reforça o compromisso com a inovação e a educação cooperativista. "Ter uma colaboradora premiada em um evento nacional é motivo de orgulho. Mostra que estamos no caminho certo ao investir em conhecimento e novas ideias", afirma Jorge Guedes, presidente do Sicredi Rio Paraná. Carolina, que já tem trajetória em comunicação estratégica, comemora a visibilidade dada ao tema: "Escrevi pensando em como fortalecer o cooperativismo para o futuro. Fico honrada em ver esse debate ganhar espaço e inspirar outras iniciativas".

> ***As novas gerações valorizam transparência, sustentabilidade e engajamento digital"***
>
> **Carolina Mussolini**





Novo T-Cross 2026 chega com versão Extreme, na concessionária Liane Veículos

Versão Extreme é a **grande estrela** da linha 2026; inspirada em configurações aventureiras de outros modelos da marca, como a Amarok V6 e a Saveiro Extreme, ela traz elementos visuais que a diferenciam das demais

Fotos: Cedidas

DA REDAÇÃO

A concessionaria Volkswagen de Presidente Prudente, Liane Veiculos, apresentou ontem a linha 2026 do T-Cross com novidades que reforçam sua posição como líder de vendas entre os SUVs compactos no Brasil. A grande aposta é a inédita versão topo de linha Extreme, que combina design aventureiro com acabamentos exclusivos, como pintura fosca e detalhes em laranja. Além disso, todas as configurações receberam atualizações significativas, com destaque para a central multimídia VW Play Connect, agora disponível em toda a gama. A linha mantém os motores turbo 1.0 e 1.4, atendendo desde o público PCD (pessoa com deficiência) até consumidores que buscam sofisticação e tecnologia.

A chegada da versão Extreme é um marco para o modelo, que já acumula mais de 83 mil unidades emplacadas em 2024, superando concorrentes como Chevrolet Tracker e Hyundai Creta. A nova configuração topo de linha aposta em um visual diferenciado, com rodas de 17 polegadas escurecidas, rack de teto preto e apliques em laranja no para-choque, que reforçam o apelo aventureiro. No interior, bancos em couro com costuras contrastantes e a central VW Play Connect com 15 aplicativos garantem um ambiente moderno e conectado, enquanto opcionais como teto solar panorâmico elevam o conforto.



Jordão Amorieli, gerente da Liane Veiculos, e Edson Dias, consultor de vendas, com o lançamento



Estratégia da Volkswagen parece clara: atender a diferentes perfis de consumidores sem abrir mão da qualidade que consolidou o modelo

O T-Cross 2026 também aprimora as versões Comfortline e Highline com equipamentos que antes eram restritos a configurações mais caras. A Comfortline, por exemplo, agora inclui carregamento por indução com refrigeração e chave com acabamento cromado, enquanto a Highline ganha uma faixa luminosa frontal (light strip) que interliga os faróis, além de um pacote ADAS opcional com assistente de condução ativa. Essas mudanças mostram o compromisso da Volkswagen em manter o modelo competitivo em um segmento cada vez mais disputado, onde rivais como Jeep Renegade e Honda HR-V também investem em tecnologia e design.



Liane Veículos, uma das principais concessionárias Volkswagen do interior paulista

PRINCIPAIS NOVIDADES DA LINHA T-CROSS 2026

Desde seu lançamento em 2019, o Volkswagen T-Cross conquistou o público brasileiro com uma combinação de espaço interno, tecnologia e segurança. Em 2024, o modelo consolidou sua liderança no segmento de SUVs compactos, com 83.976 unidades vendidas, cerca de 14,5 mil a mais que o segundo colocado, o Chevrolet Tracker. Esse desempenho reflete a aceitação do consumidor em relação ao design versátil, que agrada tanto famílias quanto motoristas urbanos, e à robustez mecânica oferecida pelos motores TSI.

A linha 2026 chega para reforçar essa trajetória, trazendo atualizações que acompanham as tendências do mercado. A inclusão da VW Play Connect em todas as versões, por exemplo, responde à crescente demanda por conectividade. A central permite travar e destravar o veículo remotamente, localizar o carro em tempo real e até ativar a buzina e o pisca-alerta via aplicativo, funcionalidades que simplificam o dia a dia do motorista. Além disso, a Volkswagen manteve a nota máxima em segurança no Latin NCAP, com seis airbags, controle de estabilidade e frenagem automática de emergência em boa parte da gama.

O mercado de SUVs compactos no Brasil é um dos mais competitivos do mundo, apostando em modelos recheados de tecnologia. Nesse cenário, o T-Cross se destaca por oferecer um equilíbrio entre preço, equipamentos e desempenho.

Médico alerta sobre riscos de procedimentos estéticos realizados por profissionais não habilitados

Segundo médico legista e delegado do Cremesp, Fernando Antônio Mourão Valejo, quem deseja se submeter a tais procedimentos deve se **atentar à formação** do profissional escolhido

CÁSSIA MOTA
DA REDAÇÃO

O médico legista e delegado do Cremesp (Conselho Regional de Medicina do Estado de São Paulo), Fernando Antônio Mourão Valejo, conversou com o jornal O Imparcial e alertou para os riscos com procedimentos estéticos invasivos, que muitas vezes não são realizados por médicos. "Procedimento invasivo, de maneira geral, é aquele que perfura a pele, que se introduz alguma substância. Esse por definição é um procedimento médico, que deve ser realizado por médicos, preferencialmente com especialização em dermatologia ou cirurgia plástica, por estarem capacitados para oferecer ao paciente atendimento com competência técnica e segurança", pontua.

Fernando explica também que os procedimentos não invasivos são aqueles que não utilizam do rompimento da barreira da pele, são feitos superficialmente. "Mas, mesmo em relação a esses procedimentos não invasivos, o paciente deve ficar muito atento quando escolher o profissional, pois, infelizmente, não existe uma definição ou regulamentação que defina qual procedimento cada profissional pode fazer. Mas, se o paciente quer segurança, e isso deve vir em primeiro lugar, a orientação é que procure um profissional médico, que possui treinamento", orienta.

O médico alerta sobre casos noticiados pela mídia, de pessoas que morreram em decorrência de complicações geradas por um peeling de fenol, por exemplo, que foi conduzido por um profissional sem qualificação em medicina, que não observou critérios mínimos exigidos na realização desse atendimento.

Foto: Freepik


Pacientes devem se atentar aos profissionais escolhidos para realização de procedimentos estéticos

DOIS LADOS

De acordo com Fernando, existem dois lados que precisam ser analisados. Um deles é a liberdade que a pessoa tem de escolher com quem ela quer realizar algum procedimento. "Eu acho isso muito bom, estamos num país livre. Mas, do outro lado temos a questão da segurança do paciente". Ele explica que, no caso de preenchimento e botox (nome popular da toxina botulínica – que é uma substância química que atua impedindo a contração dos músculos), por exemplo, são procedimentos que injetam substâncias na pele, dentro do corpo da pessoa.

No caso do peeling (é uma forma de esfoliar e acelerar a renovação da pele), ele explica que é um procedimento externo – que não necessariamente seja invasivo, mas é um procedimento que utiliza substâncias extremamente agressivas para a pele, como ácidos e o fenol por exemplo. "Você imagina um ácido sendo aplicado, o tempo de exposição da pele a esse ácido, a concentração do produto, a sensibilidade da pele ao agente. O equilíbrio entre tempo de exposição, tempo de aplicação, concentração, potência do ácido – porque existem vários – e a própria sensibilidade da pele. Por isso é necessário um profissional muito treinado, com muito conhecimento em aplicação".

Foto: Cedida



Médico Fernando Antônio Mourão Valejo alerta sobre importância da escolha de profissionais capacitados

O médico ressalta ainda que, muitas vezes, a pessoa se sente atraída por facilidades e promoções nos tratamentos. "Acho importante ressaltar que o serviço médico tem se tornado mais acessível, pois hoje temos diversos profissionais no mercado. Então, será que não vale a pena o paciente procurar uma segurança dentro da área médica, diante de vários profissionais, e escolher aquele que mais se encaixa dentro das suas expectativas, do que de repente se aventurar numa clínica de estética que ele não conhece o preparo desses profissionais? Também não adianta procurar um local bonito, que esteja com a documentação de funcionamento adequada, mas não traz profissionais capacitados. A falta de regulamentação sobre esses procedimentos, acaba gerando várias consequências".

RISCOS

Fernando cita alguns riscos para o paciente se o procedimento não for realizado de forma adequada. "Pode ocorrer desde uma simples queimadura até riscos de queimaduras mais intensas com a introdução de substâncias que não são apropriadas para aquele local ou naquele tecido". Explica que o PMMA (produto à base de polimetilmetacrilato), substância usada para preenchimento, por exemplo, é liberada pela Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária). "A Anvisa permite a venda de produtos à base de PMMA para preenchimento cutâneo e muscular com finalidade corretiva estética ou reparadora, ou seja, para pequenas áreas, e, muitas vezes, a gente vê profissionais da área da estética utilizando para preenchimento de grandes áreas do corpo, o que não é adequado. Os efeitos dessas substâncias são muito graves e podem provocar intoxicação, e, eventualmente, numa situação mais graves pode chegar a óbito, como já divulgado".

CUIDADOS

O médico orienta que a pessoa que deseja fazer algum tipo de procedimento fique atenta à formação desse profissional que ele escolher. "É necessário que a pessoa busque profissionais bem formados, como profissionais da área médica, que têm, inclusive, um compromisso ético com a saúde do paciente".

Ele acrescenta que "é importante esclarecer à população, que nenhum procedimento – mesmo feito por profissionais médicos – é livre de risco". "Todo procedimento tem risco. Agora, quando é feito por um profissional que conhece esses riscos e conhece a forma de reduzir esses riscos, a segurança para o paciente é maior", ressalta.

SERVIÇO

Conforme Fernando, no site do Cremesp há diversas informações e orientações sobre esses procedimentos e as medidas que o conselho está tomando para prevenir os casos com consequências graves e até mortes. Basta acessar cremesp.org.br ou o portal cfm.org.br.

Com programação religiosa e cultural, evento atrai romeiros de várias regiões à cidade que leva o nome do padroeiro

Festa de Santo Expedito é considerada uma das maiores manifestações de fé do interior paulista

Fiéis celebram festa de Santo Expedito com fé e emoção no oeste paulista

Fotos: Aline Martins





DA REDAÇÃO

Desde as primeiras horas da manhã de sábado, romeiros começaram a chegar à cidade de Santo Expedito para participar da tradicional festa em homenagem ao padroeiro das causas impossíveis. O município recebeu milhares de fiéis em busca de bênçãos, agradecimentos e renovação da fé.

A programação teve início com a Celebração da Palavra e distribuição da Eucaristia no Santuário, seguida por show musical do cantor Osmar Veronezzi. Ao longo do dia, diversas missas foram celebradas, culminando com a Vigília Pascal na Igreja Matriz, à noite.

Neste domingo, as celebrações continuam com a Caminhada da Ressurreição logo ao amanhecer, às 6h, e a Santa Missa dos Devotos e Romeiros às 10h, também na Igreja Matriz. Ao meio-dia, a tradicional Cavalgada de Santo Expedito promete reunir fiéis a cavalo e a pé pelas ruas da cidade. À noite, a programação se encerra com missa às 19h30.

O ponto final da festa ocorre nesta segunda-feira, feriado nacional, com duas celebrações especiais: a Santa Missa às 10h e, às 15h, a Missa do Jubileu no Santuário, marcada pela solene Abertura da Porta Santa, um símbolo de acolhimento e renovação espiritual.

FÉ E DEVOÇÃO

A Festa de Santo Expedito é considerada uma das maiores manifestações de fé do interior paulista, reunindo romeiros de diversas regiões do Estado e até de outros Estados do Brasil. Além do aspecto religioso, o evento movimenta o comércio, a hotelaria e a gastronomia local.

PROGRAMAÇÃO

DOMINGO
6h - Caminhada da Ressurreição
10h - Santa Missa dos Devotos e Romeiros - Igreja Matriz
12h - Tradicional Cavalgada de Santo Expedito
19h30 - Santa Missa na Igreja Matriz

SEGUNDA-FEIRA - Feriado nacional
10h - Santa Missa dos Devotos e Romeiros - Igreja Matriz
15h - Celebração do Jubileu no Santuário - Abertura da Porta Santa
15h - Missa dos Devotos e Romeiro

ANIVERSARIANTES

PRESIDENTE BERNARDES
Ricardo Kiyomi Takeda

PRESIDENTE PRUDENTE
Gildo Formagio, Katiane Sousa Hojo e Maria Angela

AMANHÃ

PRESIDENTE PRUDENTE
Adriana Umemura, Beatriz N. Itikawa, Luiz Alberto Telles, Marcia Regina Seki e Marcio Bragato

Quintal DANEGA
25/04 ABR
INÍCIO ÀS 17h
o PODER do encontro com a sua AUTENTICIDADE
CONVIDADAS ESPECIAIS:
Cristiana Miralha
Ladie Galaxie
Duda Medina
Psicóloga
DANEGA
Suco Prat's
O IMPARCIAL
SINOMAR
JP FM
funada
DESTINO OESTE PAULISTA



O que é a escritura pública de emancipação?

BRUNA MELO

A emancipação está intimamente ligada com o conceito de capacidade, que para o Código Civil Brasileiro é possibilidade da prática de atos da vida civil por si só, independente de assistência ou representação. No caso de crianças e adolescentes até os 15 anos de idade, os atos são praticados pelos representantes legais (em regra pai e mãe) ao passo que os adolescentes entre 16 a 17 são assistidos, ou seja, praticam os atos da vida civil conjuntamente com os assistentes (em regra pai e mãe).

A emancipação é a antecipação da capacidade civil que é adquirida aos 18 anos, ou seja, é a possibilidade de pessoas entre 16 e 17 anos praticarem os atos da vida civil sem a necessidade de assistência. A emancipação pode ocorrer por três formas: legal, voluntária ou judicial.

A emancipação voluntária é aquela concedida em caráter irrevogável, mediante instrumento público, por ato dos pais (ou de um deles na falta do outro), independentemente de homologação judicial, e desde que o menor tenha pelo menos, 16 anos completos. Desta forma, a emancipação voluntária deve ser feita por escritura pública perante um tabelião de notas.

É necessária a assinatura do emancipado na escritura? Não, a presença e assinatura do menor são facultativas, sendo a emancipação um ato dos pais. É possível realizar a emancipação por apenas um dos pais? Em regra, é necessária a presença de ambos, mas no caso de ter havido a completa falência do núcleo familiar é possível afastar a necessidade, conforme entendimento da Corregedoria Geral de Justiça de São Paulo (Apelação Cível N° 96.914-0/9, da Comarca de Americana).

Realizada a escritura pública de emancipação, é necessário que leve o instrumento público para que seja registrado no Livro E e realizada a devida averbação no assento de nascimento do menor, para a partir de então gerar a publicidade e efeitos necessários.

Com a emancipação é possível o menor com 16 anos "tirar" a carteira de motorista? Não, há uma diferença entre maioridade e capacidade, o emancipado está autorizado a praticar os atos da vida civil como celebrar contratos, viajar ou até mesmo casar, porém quando há o requisito da idade, como no caso de filmes com indicação de idade de 18 anos ou a habilitação para carteira de motorista, deverá aguardar a idade prevista.

Além da emancipação voluntária, temos a emancipação legal, que decorre diretamente da lei, não dependendo de manifestação de vontade ou declaração dos pais e do menor de idade, como nos casos de casamento, colação de grau em curso de ensino superior e exercício de emprego público efetivo.
A união estável gera a emancipação?
Não, o tema é debatido pela doutrina, mas entende-se que a exceção deve ser interpretada restritivamente, logo o Código traz expressamente que somente ocorre a emancipação pela lei no caso de casamento.

Por fim, há a emancipação judicial que é aquela concedida pelo juiz, ouvido o tutor, desde que o menor tenha pelo menos 16 anos completos. O tutor é a pessoa nomeada pelo juiz no caso de extinção ou suspensão do poder parental que é exercido pelos pais.

É muito comum a realização da emancipação dos filhos que mudam de cidade para estudar, sendo o custo da emancipação voluntária em Presidente Prudente em 2025 de R$ 602,99. Para mais esclarecimentos, procure o profissional jurídico de sua confiança.

Bruna Melo é tabeliã em Presidente Prudente, formada em Direito pela UEMS (Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul) e Administração pela UFMS (Universidade Federal do Mato Grosso do Sul), e tem pós graduação em Direito Notarial e Registral. Contato: bruna@cartorioprudente.com.br







ESPECIAL PARA O IMPARCIAL
Por Aline Martins

Há 50 anos...



Displicência no trânsito irrita motoristas

(Síntese) Estaria ocorrendo uma certa displicência na organização do trânsito local. Pelo menos é o que dizem vários motoristas apreensivos com a precariedade dos semáforos em alguns cruzamentos, causa de constantes choques entre veículos. No fim de semana, duas pessoas se insurgiram contra o Detran, após verificarem os prejuízos causados em seus automóveis na Avenida Coronel Marcondes, esquina com a Rua Barão do Rio Branco. (...).

Muitas são as reclamações no trânsito

Prêmio Kiyoshi Yamamoto para o pecuarista Yoshio



(Síntese) O pecuarista e famoso expositor, Yoshio, foi homenageado com o prêmio Kiyoshi Yamamoto como a personalidade de maior destaque de 1974. A entrega da láurea verificou-se em São Paulo, estando presentes os representantes de várias entidades e demais autoridades. A escolha de Yoshio foi em virtude de sua atuação na pecuária, considerando os relevantes serviços por ele prestados como contribuição técnica e social do desenvolvimento da agropecuária brasileira.

Pecuarista Yoshio

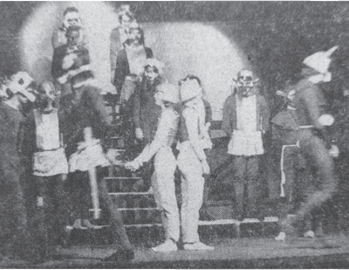
Fotos/Arquivo



Trânsito emperrou na Rui Barbosa, dificultando o ingresso dos veículos à Avenida Brasil

Na Rui Barbosa é um problema ingressar na Avenida Brasil

(Síntese) Os maiores problemas de trânsito em nossa cidade começaram realmente a surgir de uns tempos a esta parte, com a multiplicação extraordinária de veículos licenciados no 14º Ciretran e mais os veículos da cidades próximas que movimentam o comércio local. Até nas avenidas onde o trânsito se desenvolvia solto, permitindo até alguma velocidade, a coisa se complicou. (...)



Movimento teatral em Presidente Prudente

Teatro prudentino: uma nova concepção

(Síntese) O movimento teatral em Presidente Prudente parece ganhar novos rumos e a grande tendência é a continuidade de uma programação de espetáculos, cujas montagens já empolgam e entusiasma uma nova geração de atores nascida nas escolas. (...)

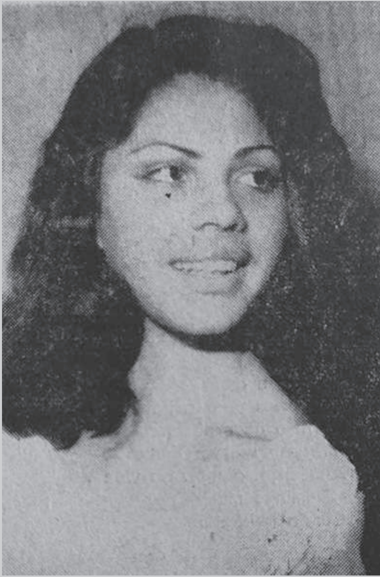
Governador autoriza obras para o Pontal do Paranapanema

(Síntese) "Com essas obras que serão executadas pelo Departamento de Águas e Energia Elétrica, todo o Pontal do Paranapanema e especialmente os municípios de Teodoro Sampaio, passará a integrar o sistema energético do Estado, proporcionando condições para o maior desenvolvimento de uma região cujos enormes recursos começam a ser melhor aproveitados em benefício de sua população. (...)

Persiste ameaça de despejo nas ilhas epitacianas

O iminente despejo de lavadores residentes na ilha japonesa, a 5 km de distância, continua sendo o assunto diário em Presidente Epitácio. As negociações para a desocupação amigável da área se desenvolvem há muito tempo, mas as famílias recusam a aceitar as propostas feitas pelos proprietários. Agora que se fala na construção de uma barragem capaz de impedir a invasão das águas durante as cheias do Rio Paraná, todos sustentam a disposição de ali permanecerem.

SOCIAIS



Noeli Nunes Silva, filha de Dinalva e José Lourenço, tem 15 anos de idade está cursando a 8ª série ginasial.

ESPORTES

Um PPEC teimoso e valente, reduzido a nove atletas - A cada dia que passa mais lamentável fica a situação do futebol de Presidente Prudente, com o nosso único representante no profissionalismo passando por fase das piores principalmente monetariamente. Os dirigentes não encontram apoio no comércio indústria e não sabem como comportar-se para conseguir dinheiro para fazer frente às despesas do plantel que não são muitas.

Cinema

Cine Fenix, HORIZONTE PERDIDO, com Darlene Glória
Cine João Gomes, AS DELÍCIAS DA VIDA, com Vera Fischer
Cine Ouro Branco, O JECA E O BODE, com Chico Fumaça
Cine Presidente, POÇO DE ÓDIO



Richard

**ESSA É UMA COLUNA DE HUMOR.
AO MENOS PRETENDE SER.**

Quando achei que a sorte me sorriu, percebi que, na verdade, ela estava era rindo de mim.

Novos tempos
Precisamos repensar essa cultura do cancelamento.
Principalmente a do Uber.

Trabalho
Os primeiros cinco dias após o fim de semana são sempre os mais difíceis.

Trolada
Entrar em um elevador lotado e dizer:
"Creio que devam estar se perguntando por que reuni todos vocês aqui."

Dica
Viva hoje como se fosse seu último dia.
Mas use preservativo, por via das dúvidas.

Saúde
Andar de bicicleta elétrica é uma ótima opção de exercício para quem quer economizar algumas calorias.

Maternidade
É na hora de escolher o nome do bebê que você descobre o tanto de gente que odeia.

Matemática
Eu odiava matemática na escola.
Hoje vejo que fui injusto.
Pelo menos naquela época, as contas não precisavam ser pagas.

Matemática – II
— Júlio tem 30 barras de chocolate.
Ele come 18. Agora ele tem?
— Diabetes.

Economia
Taxar grandes burrices salvaria o país.

Habilidade
Quer ver alguém com síndrome de Tourette ter uma convulsão e um AVC ao mesmo tempo?
Convide-me para andar de patins.

Sinomar inclusive
O que esses maratonistas têm na cabeça?
Eu já considero cansativo até dirigir por 42 km.

Saúde – II
Nada mais triste que o olhar da moça da degustação...
...depois que um cara gordo passa direto.

Solidão
Na praia, alugo um guarda-sol e duas cadeiras.
Só para pensarem que minha companhia apenas foi ali... e já volta.

Discussão
Você pode ter vencido agora.
Mas continuaremos essa discussão mais tarde,
quando eu estiver sozinho no carro,
fingindo estar respondendo a uma versão mais idiota sua.

Aviso
Se algo aqui te ofender:
1 – Peço desculpas.
2 – Prometo ser mais agradável.
3 – 1 e 2 são mentira.
4 – E eu não tô nem aí.

Galeria Virtual
Tela da Semana



Artista: Richard de Almeida.
Título: Velas ao Vento
Técnica: Aquarela
Siga-me no Instagram: @artista.richard

E-mail: insightrichard@gmail.com **Facebook:** /richardinsight
Twitter: @richard_insight **Instagram:** @richard_insight



Entrevista
Kota, pagodeiro prudentino

Com shows por PP e toda a região, Kota divulga o 3º DVD da carreira

DANIELLE MERLIN
DA REDAÇÃO

São cinco anos dedicados à música e, na bagagem, três DVDs lançados. "Um projeto novo, mas cheio de história", como ele mesmo define. Com o Pagode do Kota, o cantor prudentino, Marcus Vinicius Peixoto Oliveira, o Kota, 30 anos, tem levado o melhor do pagode a Presidente Prudente e toda a região. O último DVD, intitulado "Kota Todo Mundo Canta", foi gravado no dia 2 de fevereiro deste ano, no Seu Bastião, e está disponível em todas as plataformas digitais. Conta com dez faixas, sendo oito covers e duas autorais: "Hoje é dia hein" e "Dependente Físico", sua nova música de trabalho que, em um mês, já soma quase 2 mil visualizações no YouTube. Neste domingo, véspera de feriado, a partir das 20h, ele participa do evento Pagode 90, no Ibiza Lounge Bar, com o cantor Salgadinho, grupo Classe A e Tropa Rafa. Mas antes, ele conversou com a reportagem de O Imparcial, relembrou o início da carreira, falou dos projetos atuais e seu amor pelo pagode: "Hoje vivo da música". Confira, na íntegra, a entrevista!

O IMPARCIAL - Quando e como começou sua trajetória na música?

KOTA - O começo foi entre amigos, em uma brincadeira. Era eu e mais dois rapazes. A primeira apresentação foi em uma festa do crossfit, em 2019, fizemos o pagode e animamos a festa. Ali eu vi que queria isso pra minha vida. Depois formamos um grupo, chamado Conexão 18, onde começamos a tocar em 2020, bem na época da pandemia. Tocávamos à noite, depois começamos a fazer as lives. Permaneci no grupo por um tempo e, em 2022, decidi seguir carreira solo, disposto a viver novos desafios. Desde então meu sonho transbordou, hoje vivo da música e estou sempre a serviço de algo maior.

OI – Antes deste novo DVD, "Kota Todo Mundo Canta", gravado recentemente, você lançou outros dois...

Tenho mais dois DVDs lançados: "Ibiza", gravado em 2022, no Ibiza Lounge Bar, com três músicas autorais – "Jeito Moleque", "A Braba Tem Nome" e "Uma Semana", e outras covers. E o "Samba de Roda", gravado em 2024, na Umê Brasa & Mar, só com covers.

OI - Quais são suas grandes referências musicais?

Thiaguinho, Zeca Pagodinho, Salgadinho, entre outros...

OI – E com quais de seus ídolos já teve a oportunidade de cantar?

Tenho um feat [parceria] com o pai dos anos 90, Salgadinho, foi incrível. E neste domingo tem mais! Além disso, já cantei com Inimigos da HP, Exaltasamba e Dudu Nobre.

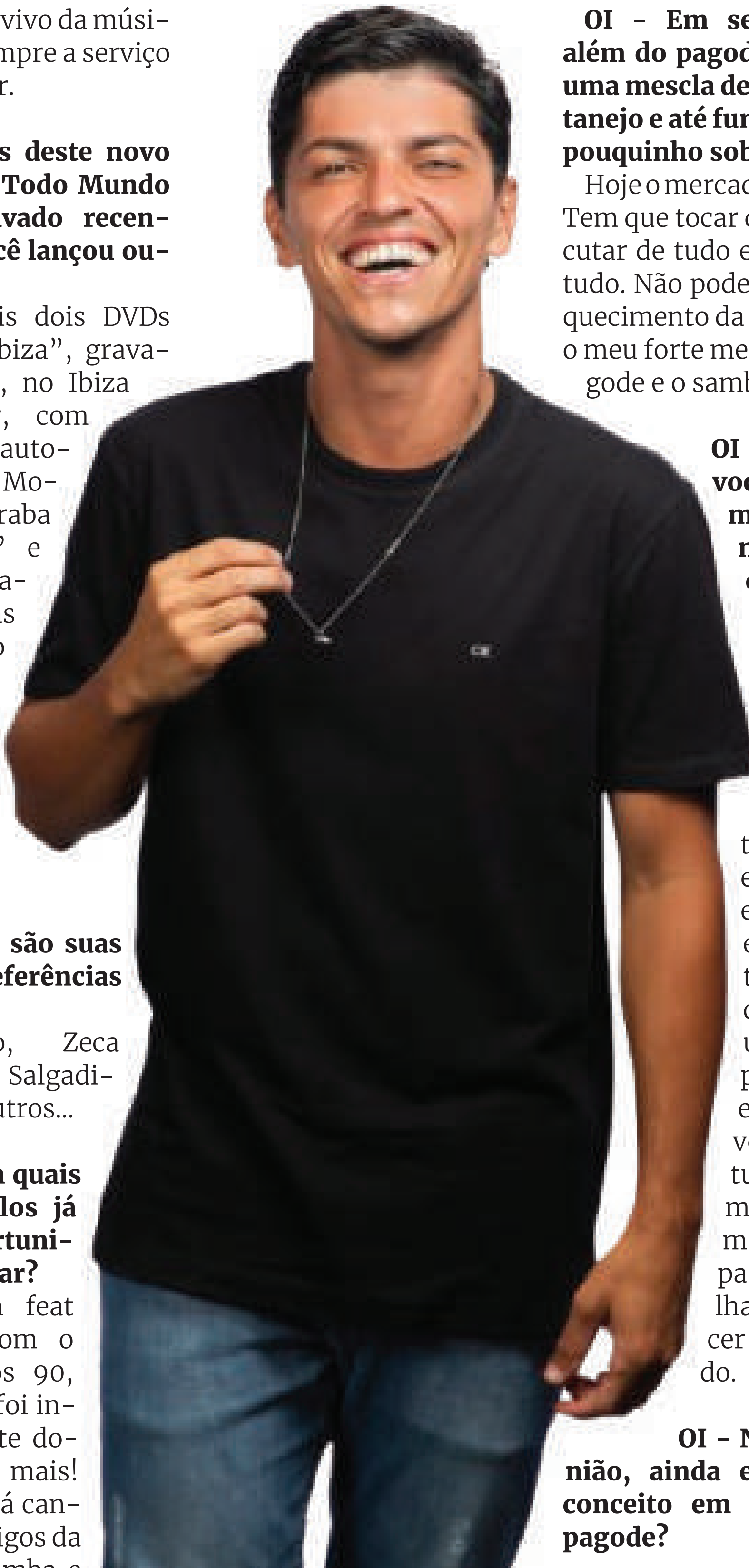
OI - Tem alguém que você queira cantar e ainda não teve a oportunidade?

Com certeza o nosso pagodeiro prudentino, Thiaguinho.

OI - Sua atual música de trabalho, "Dependente físico", é uma verdadeira declaração de amor... De onde vem a inspiração para compor?

A música "Dependente Físico" tem uma história engraçada. Ela veio como sertanejo e nós produzimos ela em pagode. A inspiração de compor vem de Deus, mas ultimamente, com a correria de shows, canto mais do que componho.

Divulgação



Neste domingo, a partir das 20h, Kota participa do evento Pagode 90, no Ibiza Lounge Bar

OI - Em seus shows, além do pagode, você faz uma mescla de forró, sertanejo e até funk! Fale um pouquinho sobre isso...

Hoje o mercado pede isso. Tem que tocar de tudo, escutar de tudo e estudar de tudo. Não pode cair no esquecimento da galera, mas o meu forte mesmo é o pagode e o samba.

OI - Como você avalia o mercado da música hoje como um todo e em Prudente?

Prudente tem muitos lugares para trabalhar, então creio eu que tem espaço pra todo mundo. E como um todo, o pagode está em alta, voltou com tudo, vivemos um momento ótimo para trabalhar e aparecer no mercado.

OI - Na sua opinião, ainda existe preconceito em relação ao pagode?

Na minha opinião, acabou o preconceito. O pagode quebrou barreiras, é um ritmo super animado, a galera ama o samba/pagode. Podemos ver isso com os shows sempre lotados.

OI - Que conselho ou recado você dá hoje pra quem está começando?

Acredite em si mesmo. Às vezes as pessoas que estão do seu lado não vão te apoiar. Mas isso faz parte do processo, tem que seguir em frente. Sempre sonhei em ser cantor e viver da música. E hoje percebo que a missão que Deus me deu é muito maior do que eu imaginava na infância. É uma responsabilidade gigante impactar e transformar vidas através da música. Se este for o seu sonho, nunca desista!

OI - Quem é o Kota além dos palcos?

O Kota é um menino simples, sonhador... Já fui tímido, mas sempre cheio de fé. Alguém que pensa sempre em fazer o bem, detesta brigas e é muito extrovertido. Esse é o Kota...

OI - Além do novo DVD, existe algum outro projeto em vista?

Recentemente gravamos um audiovisual e estamos trabalhando nele neste ano de 2025. Tem muita coisa boa por vir ainda, aguardem!

SAIBA MAIS

"DEPENDENTE FÍSICO"

Tô algumas horas limpo de você
O peito apertado pra te vê
Coçando pra não mandar uma mensagem
Sei que me usa e é em mim que dá saudade
Sei que me usa e é eu que fico viciado
Seu cheiro ficou grudado no meu olfato
Eu não ligo pro fato de ser só usado

Sou um dependente físico
Do seu corpo despido
Volta aqui pro meu quarto
Deixa eu todo arranhado
Mata abstinência desse usuário

SERVIÇO

PAGODE 90

O evento Pagode 90 ocorre neste domingo, véspera de feriado, a partir das 20h, no Ibiza Lounge Bar (Rua Tenente Nicolau Maffei, 1.930, na Vila Santa Helena, em Prudente), com shows de Salgadinho, Kota, Classe A e Tropa Rafa. Os convites – pista e área vip – podem ser adquiridos de forma on-line, no site Eventou.

Casa do Hip Hop será inaugurada neste domingo, no Humberto Salvador

Idealizador do projeto afirma que a iniciativa veio para atender uma demanda crescente: a **descentralização da arte e da cultura**



Espaço vai oferecer cursos e oficinas, além de minicursos, todos gratuitos

Projeto é idealizado pelo produtor cultural, Igor Enrique

Fotos: Cedidas

CÁSSIA MOTTA
DA REDAÇÃO

Um projeto social independente, idealizado pelo produtor cultural, Igor Enrique, que faz parte do Coletivo Cultural Batalha do Vale, será inaugurado em Presidente Prudente, neste domingo, às 14h, no bairro Humberto Salvador.

O projeto Casa Cultural V.A.L.E - A Casa do Hip Hop, segundo Igor Enrique, veio para atender uma demanda crescente na cidade, que é a descentralização da arte e da cultura. "Esse projeto veio para que possamos levar uma diversidade de atividades dentro de bairros periféricos, levando em consideração que a maior parte dos acessos está na região central da cidade", explica Igor. Segundo ele, o projeto cumprirá sua função social, que é levar arte, cultura, lazer, diversão e entretenimento, além da autoestima e perspectiva de ascensão social da população que vive nos bairros marginalizados de Prudente. "A Casa Cultural V.A.L.E é um espaço vibrante e acolhedor, dedicado à promoção da cultura hip hop e à valorização da juventude de periferia de Prudente. A proposta atinge diretamente toda a comunidade, sendo aberta ao público de todas as idades".

SERVIÇO

Inauguração da Casa Cultural V.AL.E. - A Casa do Hip Hop
20 de abril (domingo) - às 14h
Avenida João Domingos, 505, Jardim Humberto salvador

SOBRE O PROJETO

O nome Casa Cultural V.A.L.E - A Casa do Hip Hop, tem um significado - V.A.L.E - Valorizando Arte Literatura Educação. Segundo Igor, o projeto ganhou esse nome depois que o Coletivo Cultural Batalha do Vale ocupou a Praça do Vale, que fica próxima ao Prudenshopping. "O nome dado à praça foi pelo fato dela ter sido construída em um fundo de vale".

O Coletivo Cultural Batalha do Vale atua desde 2015 junto à juventude, promovendo a arte-educação, e eventos ligados à cultura hip hop em praça pública, centros educacionais e cidades vizinhas.

A Casa Cultural fica localizada no coração do bairro Humberto Salvador, um ponto de encontro para os moradores dos bairros adjacentes como Augusto de Paula e Jardim Cobral. "A participação colaborativa é a essência do projeto, envolvendo a comunidade em todas as suas atividades".

O espaço vai oferecer cursos de produção cultural, corte de cabelo, tranças, maquiagem e body piercing. Também terá oficinas de rima, literatura, artesanato e arte circense, além de minicursos de mecânica de prevenção de motos, tapeçaria básica e informática. Todos gratuitos. "A gente quer fomentar novos saberes e habilidades, além de promover manifestações culturais que refletem a identidade e a criatividade da juventude local".

Igor ressalta que pessoas de todas as idades podem participar, cada atividade vai ter sua classificação de idade. "O projeto é totalmente inclusivo, sendo pensado para atender a maior diversidade de pessoas e faixa etária".

Ele acrescenta que "a ideia é oferecer uma programação vasta de atividades dentro das comunidades periféricas da cidade, para que possamos desenvolver aspectos artísticos e profissionais da comunidade atendida. Assim podem preencher uma grande lacuna deixada pelo poder público, que pouco investe na periferia e nas pessoas que nela residem".

Diocese Informa

Presidente Prudente

A PÁSCOA DA ANTIGA ALIANÇA E DA NOVA ALIANÇA

A Páscoa judaica é celebrada para relembrar a libertação do povo da escravidão do Egito. O povo de Israel vivia escravo no Egito e Javé, com sua mão poderosa os libertou desta escravidão, e esta é relembrada em todos os aspectos da ceia. A nossa Páscoa é a celebração da libertação daquele que tem Jesus Cristo como Senhor e Salvador da sua vida, da escravidão do pecado da morte. Quem celebra a Páscoa Cristã é aquele que foi libertado para vida eterna. A Páscoa é a principal festa do calendário judaico. O nome Péssach traz a ideia de passagem por cima, livramento, ou proteção. Celebrada no 14º dia de Nissan (abril), 1º mês do calendário Judaico. A Observância religiosa da Páscoa é algo imperdível para um judeu, seja ele religioso ou não. Isso porque a festa também tem caráter político e social, é a libertação da escravidão do Egito. Durante o Séder, os participantes comem comidas que simbolizam vários aspectos que os judeus experimentaram como escravos no Egito. O Séder ajuda a preservar identidade judaica. Para nós, nesta noite nós relembramos a última ceia que Jesus fez com seus discípulos. Neste dia, Ele tomando o Pão e o Vinho, deu graças e deu a todos como forma de sacrifício por cada um de nós. A partir deste dia, todas as vezes que fazemos isto celebramos, em comunhão com os irmãos, a sua memória até que um dia, estaremos celebrando com ele e com todos os santos. Péssach era o nome dado ao cordeiro pascal que os judeus sacrificaram ao Senhor em memória daquela noite em que o Todo-Poderoso passou por cima das casas dos israelitas no Egito. Note-se que o cordeiro era sujeito a muitas exigências do ritual, cheias de significado profético: devia ser macho, sem defeito, assado em espeto em forma de cruz, com uma vara penetrando toda a sua extensão e a outra separando os pés dianteiros; e nenhum osso devia ser quebrado. Para nós Jesus foi este cordeiro! Ele foi levado à cruz para pagar o preço do resgate de nossas vidas. Foi morto para que tivéssemos vida, da mesma forma que os cordeiros foram mortos para que os primogênitos do povo de Israel tivessem vida. Ele era macho, não tinha defeito ou pecado, foi morto numa cruz e nenhum osso seu foi quebrado. Por isso não existe mais cordeiro a ser morto, pois ele realizou o sacrifício único e completo pela vida de cada um de nós. Durante os oito dias da Páscoa, os judeus eram obrigados a usar o pão ázimo para comemorar a primeira Páscoa, em lembrança da saída do Egito, quando não houve tempo para levedar o pão. Este é o pão do tormento que os judeus libertos levaram consigo para fora do Egito, como está escrito: "E cozeram bolos asmos da massa que levaram do Egito; pois não se tinha levedado, porque foram lançados fora do Egito; não puderam deter-se e não haviam preparado para si provisões" (Ex 12:39). Para nós cristãos, Jesus utilizou na última ceia, o pão e vinho, como símbolo de seu corpo e sangue que por meio da oração eucarística e pela ação de deus se tornam corpo e sangue de Nosso Senhor, alimento salutar para a nossa caminhada de fé. MARÓR é o nome dado às ervas amargas, que nos faz lembrar que os egípcios amarguraram a vida dos israelitas, como está escrito: "Então, os egípcios, com tirania, faziam servir os filhos de Israel e lhes fizeram amargar a vida com dura servidão, em barro, e em tijolos, e com todo o trabalho no campo; com todo o serviço em que na tirania os serviam" (Ex. 1:13-14). Por fim , a HARÓSSET, que é a cor vermelha, significa a argamassa e os tijolos que os escravos hebreus eram obrigados a fabricar no Egito. Para nós cristãos, misturada com o marór, este alimento simboliza a nossa própria vida, feita de acontecimentos doces e amargos, mas sempre aberta à esperança que temos em Cristo Jesus.

MINI SERMÃO

A Páscoa da Antiga Aliança tinha uma celebração em memória à libertação do povo de Israel da escravidão do Egito. Era restrita ao povo de Israel, com exceção de servos circuncidados; que seguiam a lei, pois ela desempenhava um papel importante na condução do povo. A Páscoa na Nova Aliança celebra a libertação do pecado e a salvação que Jesus nos trouxe. Jesus instituiu na última ceia a Eucaristia, utilizando duas matérias: a do pão e do vinho; que se tornam pela graça de Deus e pela oração consagratória o seu corpo e o sangue; alimento salutar de nossa caminhada de fé para a consumação na vida eterna; que atualizamos a memória de seu sacrifício pascal em nossas missas em ação de graças. (Autor: Padre Armando Nochetti)

AGENDA PAROQUIAL

-Presidente Prudente – Distrito de Montalvão
-Missas aos domingos 8h e 19h

MENSAGEM DO PAPA

Papa Francisco em sua reflexão sobre a: "Páscoa da Nova Aliança". Segundo o pontífice da fé, a Páscoa é o início de um mundo novo, libertado do pecado e da morte. A ressurreição de Jesus nos dá a certeza de que a morte foi transposta e que o luto, o pranto e a dor foram derrotados. A alegria da ressurreição não é algo distante, mas está muito próxima de nós, porque nos foi dada no dia do nosso batismo. A unidade beneficiaria a comunhão entre cristãos de diferentes denominações. Segundo o pontífice, o anúncio da Ressurreição de Jesus, trouxe-nos a esperança de buscarmos a reconciliação com Deus e alcançarmos o perdão de todos os nossos pecados. A alegria da Ressurreição contagia o nosso coração a fim de testemunharmos o nosso encontro pessoal com Cristo, para as pessoas que ainda estão afastadas do caminho de Deus. A Páscoa de Jesus, disse o santo padre, não se trata de uma fórmula mágica, que faz desaparecer os problemas, mas é a vitória do amor sobre a raiz do mal, que transforma o mal em bem: "marca exclusiva do poder de Deus". A luz do Cristo ressuscitado resplandeça nas trevas e reacenda em nós a chama da fé, esperança e caridade para que possamos caminhar como peregrinos ruma à vida eterna.

Padre Armando Nochetti
Administrador Paroquial da Paróquia Nossa Senhora das Graças – Montalvão
Instagram: @sna_armando
Facebook: Armando snz
Informações: Cúria Diocesana **(18) 39185000**



RAFAELA HARADA INVESTE EM CORES E CURVAS PARA DAR PERSONALIDADE ÀS PEÇAS DE CONCRETO

Arquiteta Rafaela Harada transforma concreto em arte e design com peças personalizadas

O concreto, material tradicionalmente associado à construção civil, ganha novas formas, cores e significados nas mãos da arquiteta Rafaela Harada, fundadora da Concreta, marca especializada em peças e móveis de design feitos sob medida. Desde 2020, a profissional une sua expertise em arquitetura com a paixão por criação manual, produzindo peças que desafiam a estética convencional do material. Com o lema "concretizar ideias", Rafaela explica que a marca nasceu da vontade de explorar o potencial criativo do concreto, indo além do tradicional tom cinza. "Estou investindo em cores e curvas para dar personalidade às peças, especialmente em projetos de banheiros e lavabos", conta. Entre suas criações, destacam-se bancos, mesas, aparadores e até troféus personalizados, todos moldados manualmente em seu ateliê. A Concreta está localizada na Rua Francisco Moraes de Oliveira, 330, Jardim Paulista.

INSTITUTO DE OFTALMOLOGIA DR. MARCUSSI
CENTRO DE RETINA E VÍTREO
Cirurgia de Catarata
Cirurgia de Retina
Atendimento Oftalmológico
Centro Cirúrgico Próprio
Dr. Marcussi Palata Rezende
Oftalmologista e Retinólogo
CRM-SP: 113.785 | RQE: 39.950
Rua Eng. Alfred Johann Liemert, 237 - Sala 5ª
(18) 3908-2476
(18) 99602-6303
@marcussirezende

BOM DIA

"Todo homem é culpado pelo bem que não fez."
(Voltaire)

RECICLAR É PRECISO

Os projetos de reciclagem ainda são incipientes, necessitando de mais organizações não governamentais e outras ações. A seleção do lixo doméstico e sua reciclagem são pouco praticadas pela população.

SOLUÇÃO

Propriedades rurais ganham mais produtividade, segurança e valorização com as pontes de concreto e aço, com 50 anos de garantia, pré-fabricadas em Presidente Prudente pela Ecopontes.



DANILO CALÇADO E ALEXANDRE ARGENTA, PRESIDENTE DA BELTA (ASSOCIAÇÃO DAS AGÊNCIAS DE INTERCÂMBIO)

Agência de intercâmbio de Prudente é a primeira do Brasil em venda de high school

Danilo Calçado, representante da agência de intercâmbios Travelmate de Presidente Prudente, participou do Workshop Nacional da franquia, realizado em Florianópolis, que reuniu franqueados de todo o Brasil e do exterior. O evento teve como objetivo apresentar as novidades do mercado de intercâmbio para 2025 e 2026, além de atualizações sobre as tendências globais para estudantes brasileiros. Durante o encontro, escolas internacionais apresentaram as principais oportunidades para intercambistas, com ênfase em: programas de estudo e trabalho na Alemanha, incluindo graduação, pós-graduação, mestrado e possibilidades de imigração. Programas para adolescentes, como férias estudantis e ensino médio no exterior (High School). A franquia local foi destaque no evento, conquistando: 1º lugar no Brasil em vendas do programa High School; e 2º lugar no ranking geral de vendas entre todas as unidades da Travelmate. Danilo Calçado destacou a importância do workshop para alinhar estratégias e oferecer as melhores opções aos estudantes da região. "Foi uma oportunidade para conhecer as novidades do setor e reforçar nosso compromisso em levar experiências transformadoras para os jovens de Prudente e região", afirmou.



FUNCIONÁRIOS E DIRETORES DO TCPP, NA CONFRATERNIZAÇÃO

Tênis Clube celebra integração entre colaboradores e a sua nova diretoria, em café da manhã especial

Em um clima de descontração e união, o TCPP (Tênis Clube de Presidente Prudente) promoveu um café da manhã especial na quinta-feira (17), reunindo colaboradores e membros da nova diretoria no restaurante do clube. O evento, realizado pelo Buffet Virtudes, marcou o fortalecimento da equipe às vésperas das comemorações dos 91 anos da instituição, que serão celebrados em 1º de dezembro. Vestindo camisetas brancas com o logo do clube no peito e o slogan da gestão "Melhor por você" nas costas, os funcionários foram recebidos pelo presidente reeleito, Cremilson Julião Rodrigues (Montanha), e demais integrantes da diretoria, eleita em 1º de abril para o biênio 2025/2027. Com nove décadas de história, o TCPP consolida-se como uma referência esportiva e social não apenas em Presidente Prudente, mas em todo o Estado de São Paulo. O café da manhã simbolizou o reconhecimento aos colaboradores e a harmonia entre a equipe e a nova gestão, que busca modernizar o clube sem perder sua essência.

PRÓXIMOS PASSOS

A programação de aniversário dos 91 anos está sendo preparada e promete atrações para todos os associados. Enquanto isso, a diretoria reforça seu compromisso com transparência e valorização das pessoas, pilares da gestão "Melhor por você".

Almoço de Domingo
Especial de Páscoa
A PARTIR DAS 12H | 20 DE ABRIL
TÊNIS CLUBE TCPP PRES. PRUDENTE
MELHOR POR VOCÊ
PARCERIA:
Buffet Virtudes
Buffet e Eventos
Antecipem suas reservas
18 99704-3717
APROVEITE:
• Música ao vivo
• Visita do Coelho

NOVA ERA DA RG

O Brasil está prestes a dar um dos passos mais ousados na modernização da gestão de dados pessoais. A partir de 2032, a CIN (Carteira de Identidade Nacional) será o único documento oficial de identificação válido em todo o território nacional, marcando o fim do tradicional RG. O novo documento, já em fase de implementação, centraliza o CPF como número de referência e integra tecnologia de blockchain, QR Code dinâmico, assinatura digital e biometria facial, promovendo segurança avançada e rastreabilidade nas informações. A CIN será disponibilizada também via aplicativo Gov.br, permitindo acesso digital e instantâneo à identidade do cidadão.

PROMOÇÃO - Sexta à Domingo
Pizzaria e Choperia Nº1
RODÍZIO DE PIZZA
R$ 58,90
99602-8879 e 99619-7618

RAPIDINHAS

...

Hoje é o Dia do Diplomata.

...

Barrigas e calvícies, dois tormentos na vida masculina! Pode esperar porque a tua hora vai chegar, brother!

...

Comércio engatilha campanhas do Dia das Mães.

...

Hospital Regional "Domingos Leonardo Cerávolo", de Presidente Prudente, completa 28 anos.

...

Professor Sérgio Jorge Alves, que nos deixou em 2018, era uma enciclopédia esportiva.

...

MAIOR ALCANCE
MELHOR TRANSMISSÃO
A SUA RÁDIO, DO SEU JEITO.
97.1 Band fm
Presidente Prudente

Mas deixou seu ex-colega de rádio, Luiz Semensati, outro que tem memória esportiva privilegiada.

...

Semensati lembra com detalhes de fatos esportivos marcantes, principalmente da passagem do time da Apea no futebol profissional.

...

Lembrando o poeta imortal, Manuel Bandeira, "A saudade é um bem maior porque é a felicidade que ficou".

...

As perfumadas não param de descobrir métodos eficazes de beleza. O hit são os lipossomas de girassol. Segundo as iniciadas, combate gordura localizada e celulite.

...

Ponto final: Viver é dividir. #SejaGentil

98 FM
PRES. PRUDENTE - SP
BAIXE AGORA O APLICATIVO DA 98 FM NO SEU CELULAR
Google play
Download on the App Store

Passatempo

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

- O ar engarrafado sob pressão
- Técnico do Fluminense (2025)
- Instrumento musical derivado da lira
- Direito violado pelos paparazzi
- Conjuntos de atos de caráter místico
- Capital Nacional da Suinocultura (SC)
- Gênero de filmes como o clássico "2001 – Uma Odisseia no Espaço"
- A filha herdeira de todos os bens
- Campeão do Oscar em 1998 (Cin.)
- Ivens Machado, artista plástico
- Como é servido o peixe no ceviche
- Radiano (abrev.)
- Sua capital é Mascate
- Atua como chefe do Poder Executivo
- Atração turística do Jalapão (TO)
- De (?) e cuia: com todos os pertences
- O mais famoso dos Baldwin (Cin.)
- Açucena (Bot.)
- Contar (um fato)
- Dirceu Lopes, ídolo do Cruzeiro (fut.)
- Sujeira; porcaria (bras.)
- Renome
- Órgão de proteção aos povos indígenas
- Máquina usada na confecção de tecidos
- Naquele lugar
- Prenda com nó
- A estatura nem alta nem baixa
- Mês que fecha o verão (BR)
- Célere
- Iguaria da culinária russa
- (?) prático: discernimento do útil
- Gato, em inglês
- Selva de (?): a cidade grande
- Expedição turística africana
- "Menino", na linguagem do gaúcho
- Mar, em inglês
- Interjeição mineira
- Pequeno cais das marinas
- "In (?) We Trust", inscrição do dólar
- Formato aproximado da chave de grifo
- Evaristo Costa, jornalista brasileiro
- Revista infanto-juvenil, em quadrinhos
- Preocupação excessiva com a saúde
- Não combina com
- Aditivo do sal caseiro (símbolo)

BANCO 3/cat — god — sea. 5/senso. 6/caviar — cítara. 9/concórdia.

59

#FaçaCoquetel
Assine e receba no conforto da sua casa!
www.assinecoquetel.com.br
Acesse nosso site!
@coquetel /editoraCoquetel
COQUETEL

Solução

				C		R		C		F
CO	M	P	R	I	M	I	D	O		I
	A	R		T	I	T	A	N	I	C
U	N	I	C	A		U	R	C		Ç
G	O	V	E	R	N	A		O	M	Ã
	M	A	L	A		L	I	R	I	O
	E	C	A		D		L	D		C
	N	I		F	U	N	A	I		I
M	E	D	I	A	N	A		A	T	E
	Z	A		M	A	R	ÇO		E	N
P	E	D	R	A		R		C	A	T
	S	E	A		S	A	F	A	R	I
			P	I	E	R		A		F
G	U	R	I		N		G	I	B	I
	A		D	E	S	T	O	A		C
H	I	P	O	C	O	N	D	R	I	A

Tiramix /SENNA

Horóscopo /INSTITUTO OMAR CARDOSO

ÁRIES - Melhoria da situação financeira, trazendo- lhe tranquilidade e favorecendo as boas aquisições. Pequenas mudanças no seu cotidiano. Necessidade de momentos de descanso na privacidade do lar, recuperando assim, o equilíbrio emocional.

TOURO - Maior interesse pelas atividades intelectuais e comunicativas, assim como por conhecer novos ambientes e pessoas. Maior aguerri mento e disposição nesses assuntos. Melhora da situação financeira e dos negócios já iniciados.

GÊMEOS - Início de um novo ciclo anual em sua vida, abrindo- se novas perspectivas. Procure as motivações mais verdadeiras e invista seu esforço nelas. Tendência a cometer certas precipitações e a se irritar no trato com o dinheiro.

CÂNCER - Mercúrio e Marte trarão uma diminuição na autoconfiança e alguns conflitos na vida amorosa. Tendência a se afastar um pouco das pessoas para poder refletir melhor a respeito de si mesmo e daquilo que necessita ser aperfeiçoado.

LEÃO - Mudanças na vida cotidiana, podendo alterar horários, modos de agir e de se comunicar com o ambiente e as pessoas. Época favorável para o início de atividades intelectuais que aperfeiçoem sua mente. Pequenos passeios tenderão a ter sucesso e a serem agradáveis.

VIRGEM - Vigo e agressividade no seu modo de agir são qualidades que estarão reforçadas em seu caráter. A vida amorosa fará com que tenha impulsos apaixonados, que podem criar situações tensas. A impulsividade será negativa para a carreira profissional.

LIBRA - Total renovação das oportunidades e de suas motivações. Recuperação da vitalidade física e da autoconfiança. Maior poder de atuar e de tomar decisões. Época favorável para iniciar novas atividades em todos os âmbitos da vida.

ESCORPIÃO- Mudanças profundas na maneira de pensar, devido a pressões circunstanciais e fora de seu controle. Maior desejo de recolhimento para refletir sobre o seu mundo interior. Apesar disso, as amizades continuam favorecidas.

SAGITÁRIO - Dúvidas e sentimentos pouco claros trarão certo conflito interior. Talvez você precise aprender a ser agressivo de uma forma diferente da que lhe é habitual. Condições tranquilas e positivas no trabalho. Continuação da atividade social e das amizades.

CAPRICÓRNIO - Diminuirão os problemas na vida cotidiana, nos meios de transporte e nos estudos, graças a atitudes mais firmes no que toca a esses assuntos. Estímulo positivo para a vida social e a participação comunitária.

AQUÁRIO - Muita atividade junto aos amigos, mas tendência a se envolver em alguns atritos com eles. Novas oportunidades na carreira profissional permitirão uma grande melhoria através de empreendimento pessoal.

PEIXES - Ocorrerão mudanças no trabalho, devido à necessidade de planejar melhor suas ações. E' bom que você se mantenha dentro do planejado para que não haja enganos. Período benéfico para os estudos universitários, para a vida cultural e o contato com outros países.

Viva Cancún com quem vive o México, conheça a Tio Nenê Tours!
TIO NENÊ
| PACOTES | PASSEIOS | ASSESSORIA | CASAMENTOS |
| ROTEIROS PERSONALIZADOS | ATENDIMENTO 24H |
| TURISMO RECEPTIVO PARA BRASILEIROS |
A sua casa em Cancún!
facebook.com/tionenetours contato@tionenetours.com.br

Cinema /MOVIECOM: (18) 3223-1508 | CIRCUITO CINEMAS: (11) 97201-5542

moviecom 1

O REI DOS REIS
(Dublado / 10 Anos)
Qui., Ter., Qua. - 14h50

UM FILME MINECRAFT
(Dublado / 10 Anos)
Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 17h00 - 19h10 - 21h20
Sáb., Dom., Feriado - 14h50 - 17h00 - 19h10 - 21h20

moviecom 2

BRANCA DE NEVE
(Dublado / 10 Anos)
Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 18h00
Sáb., Dom., Feriado - 18h00

UM FILME MINECRAFT
(Dublado / 10 Anos)
Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 15h50 - 20h15
Sáb., Dom., Feriado - 13h40 - 15h50 - 20h15

moviecom 3

O REI DOS REIS
(Dublado / 10 Anos)
Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 19h20
Sáb., Dom., Feriado - 14h20 - 19h20

PECADORES
(Dublado / 16 Anos)
Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 16h30 - 21h30
Sáb., Dom., Feriado - 16h30 - 21h30

moviecom 4

NAS TERRAS PERDIDAS
(Dublado / 16 Anos)
Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 15h00 - 19h40
Sáb., Dom., Feriado - 15h00 - 19h40

OPERAÇÃO VINGANÇA
(Dublado / 14 Anos)
Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 21h45
Sáb., Dom., Feriado - 21h45

THE CHOSEN: ÚLTIMA CEIA
(Dublado / 12 Anos)
Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 17h10
Sáb., Dom., Feriado - 17h10

circuito cinemas 1

UM FILME MINECRAFT
(Dublado / 10 Anos)
Diariamente: 14h50 - 17h00 - 19h10

NAS TERRAS PERDIDAS
(Legendado / 16 Anos)
Diariamente: 21h20

circuito cinemas 2

O REI DOS REIS
(Dublado / 10 Anos)
Diariamente: 14h30 - 16h45

THE CHOSEN: ÚLTIMA CEIA
(Dublado / 12 Anos)
Diariamente: 19h00

DROP: AMEAÇA ANÔNIMA
(Dublado / 14 Anos)
Diariamente: 21h30

circuito cinemas 3

BRANCA DE NEVE
(Dublado / Livre)
Diariamente: 14h00

SNEAKS: DE PISANTE NOVO
(Dublado / Livre)
Diariamente: 16h20

PECADORES
(Dublado / 16 Anos)
Diariamente: 18h20

(Legendado / 16 Anos)
Diariamente: 21h10

circuito cinemas 4

SNEAKS: DE PISANTE NOVO
(Dublado / Livre)
Diariamente: 14h00

PECADORES
(Dublado / 16 Anos)
Diariamente: 16h00

NAS TERRAS PERDIDAS
(Dublado / 16 Anos)
Diariamente: 18h45

UM FILME MINECRAFT
(Dublado / 10 Anos)
Diariamente: 20h50



nutrição & atividade física

JAIR RODRIGUES GARCIA JÚNIOR

SÍNDROME DA FRAGILIDADE E SARCOPENIA: PREVINA AMBAS

O senhor João tem 72 anos e está aposentado há 11 anos. Ele tinha um trabalho sedentário e não fazia exercícios nos horários livres. Passou a ficar apenas em casa, os movimentos diminuíram ainda mais e as doenças latentes começaram a se manifestar. Diabetes, dislipidemia (colesterol alto), hipertensão arterial, dores na coluna lombar e joelhos. Além disso, o peso diminuiu, a fraqueza muscular foi ficando evidente e limita o levantar do sofá e cadeira, e até o caminhar.

SÍNDROME DA FRAGILIDADE

Atinge principalmente idosos 70+, sendo caracterizada pelo sedentarismo extremo, fraqueza muscular, diminuição da velocidade do caminhar, dificuldade para se levantar da cama, sofá, cadeira, dificuldade para subir escadas ou rampas, fadiga permanente, perda de peso involuntária. Condição que facilita a manifestação e agravamento das doenças crônicas.

O uso de hormônios com fins estéticos em doses suprafisiológicas se associa com risco quase três vezes maior de mortalidade

SARCOPENIA

É uma condição também comum em idosos 70+, caracterizada pela perda de massa muscular, perda de força e perda da capacidade de realizar esforços mesmo considerados medianos ou leves. É uma condição parecida com a síndrome da fragilidade, porém na sarcopenia a perda muscular e de força são mais pronunciadas. A falta de estímulos para os músculos, por meio de exercícios de força (ex. musculação ou trabalho braçal) permite a atrofia (perda de massa) mais acentuada do que é considerado normal no processo de envelhecimento.

RISCO AUMENTADO

As duas condições acima estão fortemente associadas com o aumento do risco de doenças crônicas e morte. É muito comum que ambas sejam diagnosticadas em alguns idosos. Um teste simples para diagnosticar a sarcopenia é aquele de força de preensão manual, utilizando o aparelho dinamômetro de mão. A pessoa segura o aparelho e faz o máximo de força para fechar a mão. Para pessoas 60+ espera-se que homens atinjam 36 kg ou mais e mulheres 23 kg ou mais. Valores menores indicam a sarcopenia leve, média e grave.

Síndrome da fragilidade e sarcopenia: previna ambas

Força de preensão (Kg)

Homem	Mulher	Condição
36	23	Normal
32	21	Sarc leve
30	20	Sarc média
27	16	Sarc grave

IDOSO POUPADO

É natural que o envelhecimento traga limitações progressivas para o idoso, que deve ir se adaptando e restringindo algumas atividades. No entanto, parece haver uma cultura de que "todo idoso é frágil" e deve ser poupado de todo e qualquer esforço. Perceba como os filhos e netos fazem isso, não permitindo atividades consideradas vigorosas para os pais e avós, mesmo quando estes não têm limitações significativas. Até mesmo profissionais de saúde de algumas especialidades tendem a orientar a prática exclusiva de atividades leves para os idosos. Tais restrições, ao contrário de pouparem a saúde do idoso, o condenam a evoluir de forma mais acelerada para as condições de síndrome da fragilidade e sarcopenia.

ANTECIPAR CUIDADOS

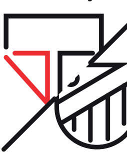
Apenas recentemente os músculos passaram a ser entendidos como pivô central da funcionalidade dos sistemas fisiológicos e da saúde. Provável que demorará ainda décadas para que os profissionais de saúde entendam e prescrevam "exercícios de força" como remédio preventivo para o envelhecimento saudável. Você que é 40+ sugiro que se adiante e comece a fazer força com seus músculos. Se já é 60+ ou 70+, procure orientação na academia e faça tanta força quanto for capaz. Evitar a fragilidade e sarcopenia serão grandes prêmios para você.

Jair R. Garcia Jr. é palestrante, fisiologista da saúde (ICB-USP) e professor da Unoeste. jgjunior44@hotmail.com Instagram: @exercicionutri

2025
VESTIBULAR UNOESTE
MEDICINA
*Confira no edital a condição de ingresso para cada cidade
14 • JUN
• PROVA PRESENCIAL •
• PROVA ON-LINE* •
• NOTA DO ENEM* •
PRESIDENTE PRUDENTE • JAÚ • GUARUJÁ
CONVÊNIOS COM
HOSPITAIS
DA REGIÃO
A MELHOR ESTRUTURA
LABS
COM ALTA TECNOLOGIA
MEDICINA UNOESTE
NOTA MÁXIMA
PELO MEC
INSCREVA-SE JÁ!
UNOESTE.BR/VESTIBULAR
Unoeste

São Paulo terá mudança para o clássico de hoje contra o Santos

DA REDAÇÃO



O elenco do São Paulo se reapresentou na sexta-feira, feriado nacional, de olho no clássico contra o Santos, pela quinta rodada do Campeonato Brasileiro. A partida será realizada no MorumBIS a partir das 16h deste domingo.

O Tricolor terá pelo menos uma mudança na escalação. Isso porque Calleri rompeu um dos ligamentos do joelho esquerdo. O atacante ainda será submetido a uma cirurgia. A expectativa é de que ele seja desfalque por meses. Na atividade de quinta, ele fez tratamento no REFFIS Plus.

André Silva é o mais cotado para substituído, mas Luciano também concorre pela vaga. O jovem Ryan Francisco também está no elenco, porém é improvável que ele seja escalado.

A lesão do argentino fez com que o treinador Luis Zubeldía promovesse Lucca. O jogador é da categoria sub-20, mas está treinando com o elenco profissional.

Durante o treino, os atletas que atuaram por mais tempo na partida contra o Botafogo fizeram atividades de mobilidade, força preventiva e uma corrida no gramado, além de concluírem o cronograma de recuperação muscular. O meia-atacante Lucca, que atuou pela equipe sub-20 na quarta-feira, no empate sem gols também contra o Botafogo, participou destes exercícios.

Para os demais, o técnico Luis Zubeldía orientou inicialmente um trabalho de posse de bola. Na sequência, houve uma atividade de enfrentamentos de ataque contra defesa e por fim um jogo em espaço reduzido.

O Tricolor fez o último treino na manhã de ontem, finalizando os preparativos para o duelo.

Eriko Leonan/saopaulofc



Lucca é da categoria sub-20, mas está treinando com o elenco profissional

Raul Baretta/ Santos FC



Bontempo: "Estamos no preparando da melhor maneira para chegar no domingo e fazer um grande jogo"

COMO CHEGA O SANTOS

Após a vitória por 2 a 0 sobre o Atlético-MG, na última quarta-feira, na Vila Belmiro, pela 4ª rodada do Campeonato Brasileiro de 2025, o Santos FC chegou aos 4 pontos, subiu para 13º na tabela e já projeta um crescimento na competição.

"Foi uma vitória muito importante. A gente já vinha buscando esses três pontos, trabalhando no dia a dia. Foi bom também para a gente pegar confiança, dar sequência e buscar as melhores posições. E no Brasileirão não tem jogo fácil, né? Toda a equipe é muito qualificada, o clássico também tem aquele gostinho especial. Estamos no preparando da melhor maneira para chegar no domingo e fazer um grande jogo", afirmou o meia Gabriel Bontempo.

Na sexta, o elenco se reapresentou visando o clássico contra o São Paulo. O atacante Neymar, que sentiu uma lesão na coxa esquerda no jogo contra o Atlético-MG, não participou das atividades.

Os jogadores titulares e que participaram por mais de 45 minutos do último jogo realizaram atividades leves e treino regenerativo na academia, enquanto os demais participaram de treinos físicos no gramado do CT Rei Pelé.

O provável Santos para encarar o São Paulo no Morumbis tem: Gabriel Brazão; Léo Godoy (JP Chermont), Zé Ivaldo, Gil e Escobar; João Schmidt, Gabriel Bontempo e Barreal; Rollheiser, Tiquinho Soares e Guilherme.

Palmeiras faz treino tático e embarca para pegar o Fortaleza pelo Brasileiro

DA REDAÇÃO

O Palmeiras finalizou na manhã de ontem, na Academia de Futebol, a preparação para o confronto com o Fortaleza, neste domingo, às 18h30, no estádio do Castelão, em Fortaleza (CE), pela quinta rodada do Campeonato Brasileiro. O Verdão é o atual vice-líder da competição nacional com 10 pontos, decorrentes de três vitórias e um empate.

No campo, após ativação no centro de excelência e um vídeo exibido pela comissão técnica no vestiário, os jogadores participaram de uma atividade tática com ênfase em simulações de jogo, marcações e movimentações específicas. Na parte final, alguns atletas aprimoram finalizações da entrada da área. Assim como nos últimos dias, o meio-campista Lucas Evangelista, recuperado de um trauma na coxa direita, trabalhou em tempo integral.

A delegação alviverde almoçou e embarcou em seguida para a capital cearense. Na última rodada, o Verdão venceu o Internacional por 1 a 0 em Porto Alegre (RS) e, na sequência, enfrentará o Bolívar-BOL, pela Libertadores, também fora de casa.

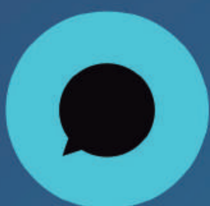
O Palmeiras busca alcançar seis vitórias consecutivas pela primeira vez desde o período entre janeiro e fevereiro de 2023, quando superou Ituano, Flamengo, Mirassol, Santos, Inter de Limeira e Água Santa. A atual série de cinco triunfos (Sporting Cristal-PER, Sport, Cerro Porteño-PAR, Corinthians e Internacional) é a maior desde então, ao lado de outras três (entre outubro e novembro de 2023, em junho de 2024 e entre outubro e setembro de 2024). Dos times que disputam a Série A do Brasileirão, só o Fluminense também venceu as cinco últimas partidas que disputou.

SAVE THE DATE
TORNEIO DE
FUTEVÔLEI
TÊNIS CLUBE
Dias 17 e 18 de maio
+ DE 6.000
em premiações
dividido em 6 categorias
EM BREVE MAIS INFORMAÇÕES!
TÊNIS CLUBE PRES. PRUDENTE
MELHOR POR VOCÊ

3º CORRIDA E CAMINHADA BENEFICENTE NATURAFRIG
3ª CORRIDA NATURAFRIG 5K
PIRAPOZINHO/SP
27 ABR 07h30
Incluso: Camiseta alusiva, Medalha de participação, Numeral, Chip, Hidratação e Frutas
Premiação em dinheiro
Individual/Geral
1º LUGAR - R$ 800,00
2º LUGAR - R$ 600,00
3º LUGAR - R$ 400,00
4º LUGAR - R$ 200,00
5º LUGAR - R$ 100,00
Maiores Equipes:
1º LUGAR - R$ 800,00
2º LUGAR - R$ 600,00
3º LUGAR - R$ 400,00
Prova Kids
Cat. PCD
Inscrições Abertas
www.tvcomrunning.com.br
NATURAFRIG ALIMENTOS

Quer anunciar nos classificados?

Confira nossas formas de atendimento



WhatsApp
(18) 99104-7252



Telefone
(18) 2104-3737



E-mail
comercial@imparcial.com.br



Balcão sede
Rua Democrata, 420
Jd. Bongiovani
Presidente Prudente

O IMPARCIAL



De segunda a sexta, das 8h às 17h30

VAGA PCD

hospital iamada

Se você busca uma oportunidade para desenvolver sua carreira em um ambiente inclusivo e acolhedor, venha fazer parte do nosso time! Estamos em busca de pessoas comprometidas para integrar nossa equipe.

CLT + benefícios + plano de saúde e odontológico

Contato: vagas@hospitaliamada.com.br

Estamos Contratando

Faça **parte** da **equipe** Alto Alegre

Controladoria

Requisitos:

- Formação em Engenharia, Matemática, Estatística, Administração ou Economia;
- Perfil analítico e consultivo;
- Visão sistêmica, iniciativa e raciocínio lógico;
- Habilidade em comunicação oral e escrita (gramática);
- Conhecimento / experiência em Controladoria;
- Conhecimento em informática (Pacote Office).

Principais Atividades:

- Elaborar e acompanhar o planejamento orçamentário, identificando desvios e propondo soluções, para garantir as metas e visão global do negócio;
- Fornecer comparativos históricos de custos;
- Compilar e padronizar dados e indicadores, assegurando a precisão das informações;
- Análise de Payback dos projetos;
- Analisar as operações, identificando áreas de melhoria que podem reduzir custos, aumentar a eficiência e melhorar margens de lucro;
- Elaborar relatórios gerenciais.

Inscrições através do site:
www.altoalegre.com.br

Em caso de dúvidas ligue para:
(18) 3229-3023

Estamos com vagas para pessoas com deficiência

ALTO ALEGRE

#VAGA NA FUT

VEM PRA FUT

AUXILIAR DE QUALIDADE – TROCAS E DEVOLUÇÕES

PRINCIPAIS FUNÇÕES

- Auxiliar na monitoria de processos e identificação de oportunidades de melhoria na operação;
- Gerir conformidades e não conformidades nos processos;
- Executar auditoria de produtos e serviços;
- Analisar solicitações de devolução no pós-venda;
- Receber, armazenar e auditar os objetos através da logística reversa;
- Administrar o trabalho em diversas plataformas (ERP, WMS e Troque Fut) e planilhas;
- Envio de tratativas internas e externas com os Marketplace;
- Interpretar as solicitações e possíveis soluções para cada processo.

REQUISITOS:

- Ensino médio completo;
- Conhecimento Excel intermediário;
- Raciocínio lógico apurado;
- Boa comunicação e interpretação nas atividades do cargo;
- Comprometido com metas;
- Disponibilidade para trabalhar em períodos de alta demanda.

DIFERENCIAIS:

- Conhecimento em práticas de Qualidade e Auditoria;
- Experiencia no pós-venda.

CONTATO:

Interessados enviar currículo para: **rh@futfanatics.com.br,** com o nome da vaga no assunto do email.

FUTFANATICS.COM.BR
/futfanatics

FUT FANATICS

VAGA ABERTA: AUXILIAR ADMINISTRATIVO

Estamos em busca de um(a) Auxiliar Administrativo(a) comprometido(a) e proativo(a) para se juntar à nossa equipe!

Requisitos:
Ensino médio completo ou superior cursando
Bom conhecimento em informática (pacote Office e internet)

Habilidades Desejadas:
Boa comunicação verbal e escrita
Cordialidade no atendimento
Capacidade de trabalho em equipe
Organização e responsabilidade

Principais Atividades:
Atendimento ao público (presencial e por telefone)
Organização e arquivamento de documentos
Suporte em rotinas administrativas
Utilização de sistemas e ferramentas de informática

Local de trabalho: PRESIDENTE PRUDENTE/SP
Horário: SEGUNDA À SEXTA - HORÁRIO COMERCIAL
Interessados, envie seu currículo para: trabalheconosco@interplanonline.com.br
Assunto do e-mail: Vaga Auxiliar Administrativo

Venha fazer parte do nosso time!

INTERPLAN
www.interplanonline.com.br

Oportunidade para Presidente Prudente

AUXILIAR DE ESCRITÓRIO

Requisitos
Ensino médio completo - superior será considerado diferencial
Conhecimento em word e excel
Experiencia na área

Atividades

- Atendimento telefônico
- Digitação e digitalização de documentos, entre outras rotinas de escritório

Os interessados devem enviar o currículo no email ingridborja.psi@gmail.com com assunto Aux. Escritório até o dia 23/04/2025

@ingridborja.psi

OPORTUNIDADE
Estamos contratando

MATHEAÇO

Assistente de Escrita Fiscal

Requisitos:

- Superior completo ou cursando em Ciências Contábeis, Administração ou áreas correlatas.
- Experiência mínima de 2 anos em rotinas fiscais, com conhecimento nas diferentes modalidades tributárias (Simples Nacional, Lucro Presumido e Lucro Real)
- Domínio das rotinas de apuração e fechamento de impostos.
- Experiência com sistemas ERP.
- Conhecimento intermediário de Excel, Word e Outlook.
- Experiência com obrigações acessórias, como EFD ICMS/IPI e EFD Contribuições.
- Vivência em atendimento à clientes, colaboradores e auditores fiscais

#558
Local de trabalho: Presidente Prudente/SP

Cadastrar currículo no site **tmatheaço.com.br,** na aba **"Vagas"**
(18) 92001-5971

OPORTUNIDADE
Estamos contratando

MATHEAÇO

Assistente Financeiro

Requisitos:

- Ensino Superior em Administração, Ciências Contábeis ou áreas correlatas.
- Experiência mínima de 1 ano na área financeira.
- Conhecimento intermediário em Excel.
- Conhecimento em sistemas de gestão empresarial (ERP).
- Conhecimento em centro de custos, controle de caixa, contas a pagar e receber, conferências de lançamentos fiscais e boletos.
- Conhecimento básico de obrigações tributárias.
- CNH válida (categoria A/B).

Observações:

- Horário de trabalho: de segunda a sexta-feira, das 08:00 às 12:00 e das 13:15 às 18:00.

#558
Local de trabalho: Presidente Prudente/SP

Cadastrar currículo no site **tmatheaço.com.br,** na aba **"Vagas"**
(18) 92001-5971

Sabia que circulamos em mais de 30 cidades da região de Prudente?

UMOE BIOENERGY contrata:

PROFISSIONAIS COM DEFICIÊNCIA (PCD) e REABILITADOS
para atuar em diversas áreas da empresa.

Enviar currículo para:
recrutamento@umoe.com.br

VAGA ABERTA

Atendente Farmacêutico (com experiência no ramo)

Estamos com uma vaga aberta para quem quer fazer a diferença e crescer profissionalmente! Se você é proativo, dedicado e busca um ambiente dinâmico e cheio de oportunidades, essa é a sua chance!

ENVIE SEU CURRÍCULO
atendimento@gestaoelohim.com.br

ELOHIM

VAGA ABERTA

auxliar de contabilidade

Estamos com uma vaga aberta para quem quer fazer a diferença e crescer profissionalmente! Se você é proativo, dedicado e busca um ambiente dinâmico e cheio de oportunidades, essa é a sua chance!

ENVIE SEU CURRÍCULO
atendimento@gestaoelohim.com.br

ELOHIM

VAGA ABERTA

Auxliar de escrita fiscal

Estamos com uma vaga aberta para quem quer fazer a diferença e crescer profissionalmente! Se você é proativo, dedicado e busca um ambiente dinâmico e cheio de oportunidades, essa é a sua chance!

ENVIE SEU CURRÍCULO
atendimento@gestaoelohim.com.br

ELOHIM



EMPREGOS

PRECISA-SE DE SERVIÇOS GERAIS, COM EXPERIÊNCIA

Enviar currículo para o e-mail: colegiojp@terra.com.br



TERRENOS VENDE-SE

3 ÀREAS COM 20.000 MTS - OSVALDO CRUZ

Escrituras individuais, com poço semi artesiano e energia elétrica - área comercial e residencial. Na saída da Rod. Assis Chateaubriand - Km 382 ▪ Trevo secundário de Osvaldo Cruz liga a presidente prudente.

Tr. F: (18) 99784-1331 Robison.



RESIDÊNCIA VENDE-SE

OPORTUNIDADE

250.000,00

Casa com 3 quartos, 3 banheiros, sala e cozinha grande com armários, mesa de prancha de madeira grande, ampla área de coberta com churrasqueira, localizada no Rio Paraná, no pousada por do sol (NETO)

Tr. F: (18) 99771-3656 - 18 99765-3745

PREÇO DE OCASIÃO CASA JD NOVO PLANALTINA

2 Qts Sl Coz Bh Ponto Cial (na frente) Toda de laje Gar p/ 3 carros AC 93 m² AT 132 m² R$ 80 Mil

Tr. F: (18) 99708-1923 - Dir c/ Proprietário



RESIDÊNCIA ALUGA-SE

CASA GRANDE PARA LOCAÇÃO

Podendo ser residencial ou comercial

R. Emílio Trevisan, 681 - Jardim Bela Daria

Composta por 4 quartos, sendo uma suíte, duas vagas garagem cobertas, salas, cozinha, lavanderia, etc...

R$ 3.200,00 - Whats **(18) 99673-8021 / (18) 99771-3656**



APARTAMENTO ALUGA-SE

APARTAMENTO

5 quartos (2 suíte)

Cidade universitária

Tr. F: (18) 3908-1101

Anuncie com pouco papo e muita eficiência.

Quer anunciar?

WhatsApp: (18) 99104-7252

Escritório: (18) 2104-3737



COMERCIAL ALUGA-SE

GALPÃO PARA LOCAÇÃO

Rua Antônio Rodrigues, 129 - Salão, Vila Mirian - Presidente Prudente

R$ 3.000,00 / Útil: 320,00 m²

Tr. F: (18) 99673-8021

RUA ANTÔNIO RODRIGUES ,270

Alugo salão de 600m², construção sólida, px a Av. Brasil

Tr. F: (18) 99765-3745 (18) 99771-3656

SALA COMERCIAL RUA SIQUEIRA CAMPOS, N° 699, SALA 48.

Condomínio: Edifício Garagem

Cidade: Presidente Prudente - SP

R$ 1.000,00

Condomínio aprox: R$ 550,00

Tr. F: (18) 99673-8021



PROPRIEDADES RURAIS VENDE-SE

LOTE AGROVILA 5 - PRES. EPITÁCIO

A beira do asfalto, 15 km da cidade, lote c/ 22 mil m², pastagem, com documentação.

Valor: 260 mil reais

Tr. F: (18) 99754-4816



DIVERSOS

CELULAR X XADREZ

Seu filho passa horas no celular? Que tal trocar likes por xeque-mate?

A Nico Xadrez School ensina estratégia, paciência e foco através do jogo mais antigo do mundo!

Tr. F: (18) 99102-6177

BIKES ELÉTRICAS
Mobee
Modelos que não precisam de CNH e documentação.
ACESSE NOSSO INSTAGRAM
@MOBEE.OFICIAL
Entre em contato:
(18) 99803-3596
mobee
mobilidade ecológica



COMERCIAL

Barracão Comercial na Avenida Paulo Marcondes – 1080 m² Locação: R$ 15.000 + encargos CÓD BA0039

Av. Cel. José Soares Marcondes, 555 (Próximo à APEA). Locação (Pavimento Térreo - 330,50 m²): R$ 13.000 / Locação (2º Andar - 290 m²): R$ 9.000 / Locação (3º Andar - 290 m²): R$ 9.000

Prédio comercial (Rua Cel. Albino – Parque São Judas Tadeu) - 597,88 m² área de terreno / 847,23 m² área construída. Possibilidade de locar somente o pavimento térreo ou superior. Venda: R$ 2.250.000 / Locação (Sup. e térr.): R$ 23.000 / Locação (Térr.): R$ 17.000 / Locação (Sup.): R$ 7.500

Prédio comercial (Em frente ao Campus I da Unoeste) – 03 Pavimentos, e estacionamento. Locação: R$ 15.000 + encargos CÓD. PR0008

Jardim Monte Alto - Salão amplo com estacionamento para 20 veículos. Locação: R$ 8.000 + encargos CÓD. SO0190

Consultório à 500 m da Av. Washington Luiz – Locação: R$ 7.900 + encargos CÓD. CA0891

Jardim Aviação (50 m da Av. Washington Luiz). Locação: R$ 6.200 + encargos CÓD. PR0012

Ampla sala comercial 68,39 m² na Avenida Washington Luiz - Locação: R$ 3.000 + encargos. CÓD. CA0882

Rua Doze de Outubro, nº 1793 (Próximo á Av. Manoel Goulart) - 03 Dorms (01 Suíte), 02 vagas de garagem. Locação: R$ 2.500 + encargos. CÓD. CA0865

Sala comercial (Próximo à APEA, recém construído) – Elevador, recepção. Locação: R$ 1.100 + encargos CÓD. SA0131

CASAS EM CONDOMÍNIO PARA LOCAÇÃO

Condomínio Mart Ville – Casa térrea, 03 Suítes, espaço gourmet com churrasqueira, piscina, 02 vagas de garagem. Locação: R$ 5.000 + encargos

Condomínio Golden Village – Casa térrea, 04 suítes, espaço gourmet com churrasqueira, piscina, 06 vagas de garagem. Locação: R$ 10.000 + encargos

APARTAMENTOS

Centro (Edifício João Peretti) – 02 Dorms com armários, cozinha planejada, 02 banheiros. Venda: R$ 195.000. CÓD. AP0333

Vila Ocidental (Edifício Higienópolis) – 03 Suítes com armários, 03 vagas. Venda: R$ 600.000. CÓD. AP0507

Edifício Villa Toscana (Próximo ao Parque do Povo) - 02 Dorms(01 suíte) com armários, sacada gourmet com churrasqueira cozinha planejada, 01 vaga de garagem. Locação: R$ 2.500 + encargos. CÓD. AP0520

Edifício Saint Paul I (Avenida Paulo Marcondes) - 03 Dorms (01 suíte), 01 vaga de garagem. Locação: R$ 1.200 + encargos. CÓD. AP0516

Vila Lessa (Edifício Residencial Embu) - 03 Dorms (01 suíte), 01 vaga de garagem. Locação: R$ 1.300 + encargos. CÓD. AP0440

Edifício Ônix (Atrás do estacionamento do Prudenshoping) - 02 Dorms (01 suíte), 01 vaga de garagem. Locação: R$ 3.500 + encargos / Venda: R$ 700.000. CÓD. AP0439

RESIDÊNCIAS

Jardim Paulistano (Próximo à Santa Casa) – 03 Dorms(01 suíte), cozinha com armários. Locação: R$ 2.200 + encargos. CÓD. CA0889

Vila Lessa (Próximo à APEA) – 04 Dorms(02 suítes), 04 vagas de garagem. Locação: R$ 3.000 + encargos. CÓD. CA0888

Locação - Venda

Para mais informações:
18 3229-9799 / 18 99658-2177
18 99722-5211 / 18 99634-1247
www.belmontimoveis.com.br



CASAS PARA LOCAÇÃO:

- Jad. Itaipu Ref.3352 03 dormitórios (01 sendo suíte) , 01 sala, 04 banheiros, 02 vagas de garagem, área desserviço, área de lazer. (Sobrado) R$ 3.800,00 + encargos.

- Jad. Bongiovani Ref.6730 03 dormitórios (01 sendo suíte) , 01 sala , 02 banheiros , cozinha, área de serviço , garagem R$ 1.450,00 +Encargos.

- Jad. Mediterrâneo Ref.6164 03 dormitórios (01 sendo suíte), 01 sala,02 banheiros ,02vagas de garagem (ar condicionado) espaço gourmet, 02 vagas de garagem coberta. R$ 2.000,00 Incluso IPTU.

- Cidade Universitária Ref. 1765 03 dormitórios (01 sendo suíte), 01 sala, 01 cozinha, banheiro social e 02 vagas de garagens. R$ 2.000,00 + Encargos.

- Bosque Ref. 6344 02 dormitórios, 01 banheiro, 01 sala, 01 cozinha e 04 vagas de garagem. R$ 1.100,00 .

CASA EM CONDOMÍNIO PARA LOCAÇÃO:

- Damha I Ref.6504 03 dormitórios (01sendo suíte), 02 salas, 01 cozinha, área gourmet, piscina, banheiro externo e 02 vagas de garagem. R$ 4.700,00 + Encargos.

- Vale do Café Ref. 6515 02 dormitórios, 01 sala, 01 cozinha, 01 banheiro e 02 vagas de garagem. R$ 1.500,00 + Encargos.

- Damha I Ref.3643 04 dormitorios , sendo 04 suítes, 06 banheiros, armários embutidos, cozinha palnejada, área gourmet, garagem coberta para 03 carros, piscina .
R$ 5.000,00 + encargos.

- Damha II Ref.6704 03 dormitórios(todos suíte) 05 banheiros, 02 salas , espaço gourmet ,02 vagas de garagem , banheira de hidromassagem, aquecimento solar.R$ 5.500,00 + encargos.

APARTAMENTO PARA LOCAÇÃO:

- Jardim Eldorado Ref. 6108 02 dormitórios, 01 banheiro, 01 sala, 01 cozinha e 01 vaga de garagem. R$ 1.200,00 .

- Watal Ishibashi Ref-6656 02 dormitórios, 01 sala, área de serviço, Cozinha planejada, móveis planejados, garagem, portaria 24hrs, Condomínio em ótima localização. R$ 1.200,00 (Condomínio Incluso).

- Parque Bandeirantes Ref.6633 02 dormitórios, 01 banheiro, 01 sala, 01 cozinha, área de serviço, cozinha planejada, playground, piscina, garagem, portaria 24 hrs, R$ 1.100,00 + encargos.

- Jardim Morumbi Ref. 6715 02 dormitórios , 01 cozinha, 01 sala, área de serviço , garagem 01 carro , interfone. Ótima localização. R$ 1.000,00 + encargos.

- Parque bandeirantes Ref.6633 02 dormitórios, 01 sala, cozinha , área de serviço, salão de festa, piscina, garagem, portaria 24hrs. Apartamento novo (Térreo). R$ 1.100,00 + encargos.

- Vila Ramos de Freitas Ref. 6692 02dormitórios , 01 sala, 01 cozinha , área de serviço, 01 vaga de garagem, ar condicionado (quarto) ventiladores de teto, cozinha planejada. R$ 1.200,00 condominio/iptu -incluso .

- Vila Ramos de Freitas Ref.6378 02 dormitórios, 01 sala, 01 cozinha, área de serviço, 01 vaga de garagem. R$ 900,00 (Condominio/iptu -incluso.

- Cidade Universitária Ref. 6671 Kitinet 01 dormitório , 01 cozinha , 01 banheiro . próximo ao Campus I R$ 700,00.

Kelly Imóveis
(18) 3902 1441 / (18) 99722 1441.

IMPORTADOS HONDA



PAZ NO TRÂNSITO COMEÇA POR VOCÊ.

COM BÔNUS DE ATÉ

R$ 30.000,00



ZR-V



Pense bem, vá de Honda.

Honda ZR-V, ano/modelo 24/25 com desconto de R$20.000,00 (vinte mil reais).Honda CR-V, ano/modelo 24/24 com desconto de R$30.000,00 (trinta mil reais). Os descontos serão aplicados sobre o valor público sugerido pela Honda (www.honda.com.br). Ofertas válidas até 30/04/2025 ou até o término do estoque. Condições não cumulativo com outras campanhas.

(18) 2101-7900
(18) 99654-6766

www.vmcenter.com.br
/ hondavmcenter

HONDA **VM Center**
Pense bem, vá de Honda

Quer Vender Rápido?

Anuncie nos Classificados do Jornal O Imparcial!

EDIÇÃO DIGITAL
compartilhada com mais de 100 MIL CELULARES, via listas de transmissão!

Se você quer COMPRAR, VENDER ou ALUGAR UM IMÓVEL, VEÍCULO ou PRODUTO, o lugar certo para anunciar é nos Classificados do Jornal O Imparcial!

POR QUE ANUNCIAR?
- Alcance garantido – ***Seu anúncio chega a milhares de leitores todos os dias.***
- Custo acessível – ***Investimento pequeno, grandes resultados!***
- Praticidade – ***Fácil de anunciar e rápido para encontrar compradores.***
- Confiança e credibilidade – ***O Imparcial é referência na região há décadas.***

ANUNCIE AGORA MESMO!
Entre em contato e garanta seu espaço nos Classificados do Jornal O Imparcial.

(18) 99104-7252





Pequenos anúncios, grandes negócios!

APROVEITE ESSA OPORTUNIDADE! Coloque seu anúncio e feche negócios com rapidez e segurança.

Prime IMOBILIÁRIA
CRECI 47378

APARTAMENTOS

- Ed. Arbore Bosque e Club - Torre 1, no 4° e 5° andar - R$ 430.000,00 - B
- Ed. Hiroshi Yoshio - área útil 200m², 4 dorm. Sendo 3 suíte, sacadas, lavanderia, quarto e banheiro de serviço. 2 vagas garagem R$ 730.000,00 -V
- Ed. Neo Petropólis - 1 dormtório, completo armários, 1 vaga garagem. R$ 420.000,00 - Z
- Ed. Res. Príncipe Malta - 44m², 2 dorm, sala, lavanderia, cozinha, 1 vaga garagem R$ 145.000,00 - Z
- Ed. Monte Sião - 2 dorm. + 1 suíte, vaga R$ 350.000,00 - L
- Ed. Costa Prat - a/c. 207m², 4 dorm + dependências, 2 vagas R$ 600.000,00 - Z
- Ed. Paço Real - DUPLEX, com 306,00m² R$ 1.980.000,00 B

CASAS – CONDOMÍNIO

- DAMHA BELVEDERE - 192m² c/, 3 suítes, piscina climatizada, energia fotovoltaica R$ 1.600.000,00- V
- DAMHA I - Sobrado - 360m² c/ 3 suítes + dependências. R$ 1.650.000,00 - V
-DAMHA I - Sobrado - com 356m², 4 dormts sendo 2 suítes + dependências R$ 1.750.000,00 - L
- DAMHA III - Térrea, com 420m² terreno, 3 suítes + dependências. - CONSULTE-NOS
- DAMHA III - Sobrado, com A/T 420m², 4 suites + dependências. R$ 2.400.000,00 L
- DAMHA IV - Térrea com 224m², completa, projeto excelente. R$ 2.100,000,00 -Z
- QUINTA DAS FLORES - Térrea - 3 suítes + dependências. R$ 1.400.000,00 - L

CASAS – BAIRRO

- JARDIM ALTO DA BOA VISTA - Casa térrea ampla A/T. 388m² em ótima localização. Consulte-nos
- VILA GENI - Casa térrea com 210m² a/c. 3 dorm. Sendo 1 apto tds com a/e. 2 salas, copa e cozinha c/a.e., lavanderia + edícula R$ 450.000,00 - B
- VILA REAL - Casa térrea, 112,00m² a/c. 2 dormts sendo 1 suíte , sala e cozinha integrada com a.e., garagem R$ 350.000,00 -B
- VILA FLORES - Térrea, a/c. 143m²- 2 dormts sendo 1 suíte, com a/e. cozinha americana com a/e, sala visitas, toda avarandada. R$ 300.000,00 -Z

TERRENOS / CHACARAS:

- VALENCIA I - Quadra L - 380m² - R$ 300.000,00 - B
- VALENCIA I - Quadra N - 320m² - R$ 250.000,00 - B
- BELVEDERE - 396m² - R$ 297.000,00- B
- BURITI (Meridional) - 258m² - R$ 125.000,00 - B
- TERRENO na XV de novembro 1677 (ao lado Folks pub) 23x 33 - 760m² - R$ 1.000.000,00 - B
- TERRENOS no CONDOMÍNIO BELA VISTA (na cidade de Panorama) com 660m² em ótima localização próximo ao rio. CONSULTE-NOS.
- Chacaras em Pres. Bernardes, com 1.200m² cada, com poço artesiano, à 5 km da cidade. R$ 110.000,00. B
- Sitio em Paraguaçu Paulista, à 6 km da cidade, com 1,7 alqueire, poço artesiano, pomar produzindo, com casa sede, piscina e casa caseiro. R$ 1.200.00,00

Site: *www.primeimobiliariapp.com.br*
Entre em contato conosco: (18) 99771-3740 Luis, (18) 99703-2804 Paulo, (18) 98116-0001 Vladimir, (18) 99642-0221 Zé Egidio.
CRECI: 21712-J

SEU BEM ESTAR EM PRIMEIRO LUGAR
CONTROLE DE PRAGAS (ESCORPIÕES, BARATAS, FORMIGAS, ARANHAS, TRAÇAS, PULGAS E CARRAPATOS)
DESRATIZAÇÃO
CONTROLE DE CUPINS
LIMPEZA E TRATAMENTO DE RESERVATÓRIOS DE ÁGUA
PRAGAS PRAGAS PRAGAS PRAGAS PRAGAS
COUTO CONTROLE DE PRAGAS
/coutocontroledepragas
@coutocontroledepragas
(18) 3916-6060
(18) 99691-8080

PLACA SOL ENERGIA SOLAR
OFERTAS DE PÁSCOA
ENERGIA SOLAR
KIT SOLAR 576 kWh — À VISTA POR R$9.337,00 — PARA CONTAS DE R$500,00
KIT SOLAR 720 kWh — À VISTA POR R$11.077,00 — PARA CONTAS DE R$630,00
KIT SOLAR 1008 kWh — À VISTA POR R$15.587,00 — PARA CONTAS DE R$870,00
KIT SOLAR 1296 kWh — À VISTA POR R$19.257,00 — PARA CONTAS DE R$1.100,00
INVESTIMENTO GARANTIDO
Valores referentes a pagamento à vista.
Cidades acima de 200 km de Presidente Prudente – SP, terão um valor adicional de deslocamento.
Promoção válida até 30/04/2025 ou enquanto durar o estoque.

ASSOCIAÇÃO RECREATIVA ESTÂNCIA MARTINS
Sitio da Estrada Municipal de Álvares Machado AVM S/N - Distrito de Coronel Goulart – Álvares Machado/SP

ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA

CONVOCAÇÃO

Nos termos do artigo 25º do Estatuto Social da Associação Recreativa Estância Martins, convocamos os senhores associados ou representante legal para a Assembleia Geral Extraordinária, a realizar-se no dia **26 de Abril de 2025**, **(sábado)**, às 15:15 horas em primeira convocação com a presença mínima de 50% (cinquenta por cento) dos associados ou às 15:45 horas em segunda e última convocação com qualquer número de associados, em frente a caixa d' água nas dependências da Associação localizada no Sítio da Estrada Municipal de Álvares Machado AVM s/n – Distrito de Coronel Goulart – Álvares Machado/SP para tratar dos assuntos a seguir:

1) Discussão e aprovação de chamada de capital para instalação de iluminação pública em toda associação.

Informamos que o não comparecimento de V.SA. a referida Assembleia implica em sua aceitação das decisões deliberadas pelos que comparecem.

Os associados poderão se fazer representados por procuração pública ou por instrumento particular de procuração com firma reconhecida do outorgante.

Álvares Machado, 31 de Março de 2025.

Ademar Alves de Freitas
Presidente

ASSOCIAÇÃO RECREATIVA ESTÂNCIA MARTINS
Sitio da Estrada Municipal de Álvares Machado AVM S/N - Distrito de Coronel Goulart – Álvares Machado/SP

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

CONVOCAÇÃO

Nos termos do artigo 24º do Estatuto Social da Associação Recreativa Estância Martins, convocamos os senhores associados ou representante legal para a Assembleia Geral Ordinária, a realizar-se no dia **26 de Abril de 2025**, **(sábado)**, às 14:30 horas em primeira convocação com a presença mínima de 50% (cinquenta por cento) dos associados ou às 15:00 horas em segunda e última convocação com qualquer número de associados, em frente a caixa d' água nas dependências da Associação localizada no Sítio da Estrada Municipal de Álvares Machado AVM s/n – Distrito de Coronel Goulart – Álvares Machado/SP para tratar dos assuntos a seguir:

1) Leitura e aprovação da ata da Assembleia anterior;
2) Discussão e aprovação das contas desta gestão, sendo do período de Abril/2023 a Fevereiro/2025;
3) Discutir e votar a Proposta Orçamentária fixando novo valor da Taxa de Manutenção para o exercício 2025/2026;
4) Eleição da nova Diretoria Executiva e do Conselho Fiscal.
5) Deliberação sobre protesto em cartório das taxas condominiais em aberto.
6) Deliberação sobre a aplicação de multa por falta de limpeza dos lotes não edificados.

Informamos que o não comparecimento de V.SA. a referida Assembleia implica em sua aceitação das decisões deliberadas pelos que comparecem. Os associados poderão se fazer representados por procuração pública ou por instrumento particular de procuração com firma reconhecida do outorgante.

Álvares Machado, 31 de Março de 2025.

Ademar Alves de Freitas
Presidente

imparcial.com.br
Instagram/ oimparcialsp
Twitter/ oimparcialsp
Veja como O IMPARCIAL chega a mais de 100 mil leitores
Youtube/ O Imparcial TV
Linkedin
Faça sua assinatura do jornal digital: (18) 99101-2941
WhatsApp
Listas de transmissão
Newsletter
Facebook/OImparcialsp

O IMPARCIAL
AGORA TEM UM CANAL NO WHATSAPP
RECEBA AS NOTÍCIAS EM PRIMEIRA MÃO
Ative as notificações no canto superior direito clicando no sino